

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

Als Familienberaterin werde ich meistens dann aufgesucht, wenn Eltern mit den Verhaltensweisen eines ihrer Kinder überfordert sind. Meist sind das ganz normale, entwicklungsbedingte Ereignisse ohne besondere Dramatik. Doch immer kommen auch Familien zu mir, die in einer tiefen Krise stecken.

Tatsächliche heftige Ausnahmezustände bedeuten große, für Kinder unverständliche oder uneinschätzbare Veränderungen. Sie sind oft auch für die Erwachsenen bewegend, erschreckend und lassen Hilflosigkeit entstehen. Diese Bedrohlichkeit und die Unsicherheit der Großen macht viel mit den Kleinen. Wie sollen sie sich sicher fühlen, wenn die Eltern erst einmal wieder auf die Beine kommen müssen?

Manche dieser Krisen wie eine Erkrankung oder Arbeitslosigkeit bei einem Elternteil sind zeitlich begrenzt. Andere wie eine hochstrittige Elterntrennung oder Armutserfahrungen haben über Jahre Einfluss auf das Familienleben. Sie alle gehen an Kindern nicht spurlos vorbei. Es braucht Worte, Handlungen und Unterstützung, damit die Kinder wieder Zuversicht und Sicherheit im Leben spüren können.

Hier kommt die Kita ins Spiel: Sie kann Anlaufstelle für Eltern sein, um Rat zu suchen und weitere Ressourcen für ihr Kind aufzutun. Sie kann aber auch der Ort sein, an dem zuallererst auffällt, dass ein Kind von einer Krise viel stärker belastet ist, als seine Eltern dachten.

Erzieher:innen können der Fels in der Brandung sein, den ein krisengeschütteltes Kind braucht. Sie können der entscheidende Resilienzfaktor sein, an den es sich später erinnern wird, wenn es an diese Zeit zurückdenkt.

Inke Hummel

Inke Hummel

ist Pädagogin, Familienberaterin, Autorin und in der Fortbildung von Fachkräften tätig. Sie schreibt Kinderbücher, Elternratgeber und Fachtexte. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Bindung, Beziehung, Wesensarten und Ängste.





Inhalt

- 1. Wie Kinder Krisen erleben 4**
 1. Welche Veränderungen zeigen Kinder? 5
 2. Auffällige Verhaltensänderungen beobachten 7
 3. Ursachenforschung im Gespräch mit dem Kind 8
 4. Die Krise aus Kinderaugen wahrnehmen 9

- 2. Mit Eltern in Krisen kommunizieren 10**
 1. Die Eltern ansprechen 11
 2. Wenn Eltern auf die Kita zukommen 13
 3. Das persönliche Elterngespräch 14
 4. Andere Eltern informieren 16

- 3. Was Kinder in der Krise brauchen 18**
 1. Sicherheit und Schutz 19
 2. Hilfe zur Selbstregulation 20
 3. Kindern zuhören und sie begleiten 21
 4. Hoffnung geben 22
 5. Mitbestimmung ermöglichen 26
 6. Aktiv werden und bewältigen 27
 7. Konkrete Hilfe für das Kind 27

- 4. Vernetzung mit externer Hilfe 30**
 1. Unterstützung für Fachkräfte und Kita 31
 2. Die Eltern vernetzen 32
 3. Die Kindergruppe auffangen 34
 4. Die Kita-Gemeinschaft krisenfest machen 35

- 5. Krisen in der Praxis 36**
 1. Umzug und Abschied 37
 2. Psychische Erkrankung der Eltern 39
 3. Schock durch eine unerwartete Krisensituation 40
 4. Erkrankungen in der Kernfamilie 42

- 6. Kinder stark machen 44**
 1. Selbstbewusstsein und Selbstliebe 45
 2. Sichere Kommunikation 47

Literatur 47

Impressum 48

Das kleine Extra

In der Mitte des Hefts finden Sie Bilderbuchtipps, die Kindern in verschiedenen Krisen helfen können – von Trauer bis Umzug.

Seite 24/25



1



Wie Kinder Krisen erleben

Welche Situationen werden von Kindern als krisenhaft erlebt?

Wie reagieren sie darauf?

Wie können Fachkräfte Wesensveränderungen wahrnehmen und einordnen?


 Praxis-
beispiel

Erst fällt es gar nicht wirklich auf, dass Madita sich verändert hat. Im August und September hat es so viele neue Eingewöhnungen in der Gruppe der 4-Jährigen gegeben, dass wenig Zeit war, genauer auf sie zu achten. Sie war schon immer ein eher schüchternes Mädchen, das mit sich allein zufrieden war und leicht in den Flow kam, wenn die anderen sie nur in Ruhe ließen. Manchmal kam sie auch in Kontakt mit anderen und sie puzzelten oder malten zusammen, kamen in der Puppenküche ins Spiel oder fanden sich im Außengelände.

Doch seit das Kindergartenjahr wieder angefangen hat, hat Madita sich immer weiter zurückgezogen. So richtig bewusst wird das

ihrer Bezugserzieherin Barbara erst kurz vor den Herbstferien, als Madita nicht durch Stille auffällt, sondern durch einen intensiven Wutausbruch. Ein kleineres Kind hat sie beim Puzzeln gestört. Mit voller Wucht hat sie ihm daraufhin einen Stuhl in den Bauch geschoben, es angebrüllt und war kaum zu beruhigen.

Als Barbara mit den Kolleg:innen darüber spricht, fällt ihnen auf, dass Maditas stilles Wesen sich verändert hat. Das Mädchen kam in letzter Zeit gar nicht mehr mit anderen in Kontakt, lag viel in der Kuschelecke und zeigte wenig Enthusiasmus für irgendwas. „Ich glaube, sie ist sogar deutlich dünner geworden“, merkt eine Erzieherin im Austausch noch an. Was ist da los?

1. Welche Veränderungen zeigen Kinder?

Im trubeligen Kita-Alltag kommt es vor, dass Verhaltensveränderungen nicht sofort von außen bemerkt werden, gerade wenn das Verhalten eher stiller als vehementer wird. Umso wichtiger ist es, auch die schüchternen „unauffälligen“ Kinder in den Blick zu nehmen. Fachkräfte können sich immer wieder bewusst machen, dass „herausforderndes Verhalten“ nicht nur aggressive, laute, raumgreifende und störende Verhaltensweisen umfasst, sondern auch Stille, Rückzug, Lethargie und soziale Isolation.

Die Aufmerksamkeit des Kita-Personals darf sich erst einmal auf die Ursachensuche konzentrieren. Denn wenn niemand richtig einschätzen kann, was eigentlich los ist, kann natürlich auch keiner die passende Unterstützung anbieten. Geht es dem Kind in der Gruppe nicht gut? Wurde etwas in der Entwicklungsbeobachtung übersehen, zum Beispiel eine Kurzsichtigkeit? Oder stimmt vielleicht zu Hause etwas nicht? Schläft es dort zu wenig oder geht es ihm dort schlecht?

Kinder können auf sehr unterschiedliche Herausforderungen mit Verhaltensänderungen und Überforderung, dem Eindruck von Hilflosigkeit bis Ohnmacht und fehlender Zuversicht reagieren. Gerade auch das Gefühl von Plötzlichkeit, Fremdbestimmung und Verunsicherung bedrückt sie extrem.

Typische Beispiele für kindliche Krisen sind:

- * Umzug und Verlust des sicheren Wohnumfelds;
- * Geburt eines Geschwisterkinds (auch Stiefgeschwister in Patchwork-Situationen) und intensiv erlebte Eifersucht;
- * ältere Geschwisterkinder mit krisenhaften Lebensverläufen wie Erkrankung, Drogensucht;
- * Eltern mit Suchterkrankungen oder anderen psychiatrischen Diagnosen;
- * Eltern in Arbeitslosigkeit oder ähnlichen Lebenskrisen;
- * Elterntrennung;
- * hochstrittige Elternkommunikation in bestehender oder getrennter Partnerschaft;
- * körperlich kranke Eltern im Heilungsprozess oder mit einem sicheren tödlichen Ausgang;
- * ein Todesfall in der Familie, eventuell auch eines Haustiers;
- * intensive Armuts- und vielleicht auch Ausgrenzungserfahrungen;
- * eigene Erkrankung;
- * Hochwasser, Einbruch oder Ähnliches zu Hause oder im direkten Umfeld;
- * Krieg oder Flucht und andere Großereignisse wie die Corona-Pandemie oder unter Umständen auch ein Terroranschlag.

Manchmal sind Kinder schon außer sich, wenn eine Fensterdekoration in der Kita erneuert wird oder die geliebten Gummistiefel wegen gewachsener Füße ausrangiert werden müssen. Dementsprechend ist greifbar, wie sehr größere

Literatur- tipp

Tures, Andrea (Hrsg.) (2025): *Das schwierige Kind?: Herausforderndem Verhalten professionell begegnen – in Krippe, Kita und Grundschule.* Mülheim an der Ruhr: Cornelsen bei Verlag an der Ruhr.

Veränderungen und Unwägbarkeiten sie treffen müssen. Sie brauchen Erwachsene, die erklären und sie halten, die ihnen Zuversicht geben können und Bewältigungskraft zeigen.

Ihre vertrauten Bezugspersonen zu Hause können oft nicht die benötigte Stütze sein, weil sie sich selbst oft genau so fühlen wie das Kind. Auch ihr Leben ist ins Wanken geraten, sie stehen unter Dauerstress oder vor Fragen, die sich nicht so schnell beantworten lassen. So gerät die ganze Familie unter Umständen in einen Strudel, der sich schneller dreht, als die Familie nach Hilfe suchen kann.

Verunsicherung durch Intransparenz

Für das Empfinden einer Krise kann es schon reichen, dass Kinder bruchstückhaft mitbekommen haben, wie ihre Eltern etwas besprochen haben. Bei größeren weltpolitischen Ereignissen haben sie vielleicht eine entsprechende Nachricht im Radio verfolgt. Gerade wenn ihnen das Thema nicht genau erklärt wurde, kann das Diffuse an der Neuigkeit sie stark verunsichern. Es gibt keine Antworten und niemand hat darauf geachtet, ihnen das Problem für sie verständlich und einsortierbar mitzuteilen. Wichtig hierbei ist: Das, was Kinder bezüglich einer Krise erzählen, muss daher nicht unbedingt genau den Tatsachen entsprechen.

fuhr können sich auf die Vitalität auswirken. Das Kind wirkt vielleicht matt oder wird häufiger krank.

Auch der Schlaf kann in Mitleidenschaft gezogen werden. Krisengefühle können Schlafstörungen verursachen. Vielleicht verzögert sich das Einschlafen, Durchschlafen ist nicht mehr möglich oder der ganze Schlaf an sich fällt nicht mehr so tief aus wie sonst. Das zeigt sich durch Müdigkeit oder Lustlosigkeit am Tag. Es kann aber auch als Konzentrationsschwäche oder gar Aggressivität sichtbar werden.

Außerdem können sich Regressionen zeigen, also Rückschritte in der Entwicklung. Dann schaffen Kinder plötzlich bereits gemeisterte Meilensteine nicht mehr. Vielleicht nassen sie wieder ein, verfallen in Babysprache oder zeigen ein starkes Saugbedürfnis wie in einer früheren Lebensphase. Vielleicht möchten sie plötzlich nichts mehr allein machen: weder Hände waschen, noch Schuhe anziehen oder die Buntstifte spitzen.

In Folge solcher Veränderungen und der Überforderungsgefühle verstärken sich andere Verhaltensweisen leicht in eine von zwei extremen Richtungen:

- Einige Kinder fallen in eine Hemmung. Sie werden stiller, ziehen sich zurück, vermeiden Herausforderungen oder auch nur Alltägliches. Sie sprechen vielleicht weniger mit anderen, reagieren sensibler und weinen auch häufiger. Möglicherweise machen sich auf einmal Trennungängste bemerkbar, die vorher nicht aufgetaucht sind, und die Lust auf Exploration nimmt ab.
- Andere Kinder zeigen sich eher enthemmt. Sie werden lauter, wilder. Ihre Unruhe überträgt sich auf ihr Miteinander mit anderen, aber auch auf ihr eigenes Tun und Spielen. Es kommt vor, dass die Kinder andere schubsen und schreien, sie können kein Spiel mehr beenden und verweigern das Aufräumen. Vielleicht verstärkt sich auch die Nutzung von Schimpfworten oder das Kind zeigt immer öfter grobe Regelverstöße, rennt zum Beispiel mit einer Schere durch den Gruppenraum, klettert draußen am Zaun empor oder uriniert neben die Toilette.

All diese Veränderungen heißen: „Es geht mir nicht gut. Ich bin in Not. Ich brauche eure Hilfe.“

Definition

Eine Krise bedeutet: Das betroffene Kind fühlt sich in Gefahr und ist voller Unsicherheit, egal ob die Gefährdung real ist oder nicht. Die erlebten Veränderungen sind für das Kind nicht überblickbar.

Das Kind genau beobachten

Madita im einführenden Praxisbeispiel zeigt eine deutliche Veränderung in ihrem typischen Verhalten. Das ohnehin schon schüchterne Mädchen wird noch zurückhaltender, geradezu träge, und schließlich kommt es zu einem lauten Gefühlsausbruch. Beidem ging sicherlich noch mehr voraus, als die Erzieher:innen sehen konnten.

Unwohlsein und Unsicherheit zeigen sich bei Kindern (und auch bei Erwachsenen) häufig zunächst körperlich. Das können psychosomatische Beschwerden sein wie dauerndes Bauchweh oder Kopfschmerzen. Es können Reaktionen des Nervensystems sein wie nervöses Zucken im Augenlid oder an einem Arm- oder Beinmuskel. Sogar Durchfälle sind möglich.

Der Appetit kann sich verändern und verringert sich häufig. Gerade bei Kindern wird das oft schnell sichtbar, wenn sie in kurzer Zeit einige Kilos verlieren. Geringere Nährstoffzufuhr und möglicherweise auch weniger Flüssigkeitszu-

Praxisbeispiel

Barbaras Kollegin findet Maditas Rückzug nicht auffällig: „Madita war doch immer schon gern allein und eher ruhig. Ich würde da jetzt nicht so ein Fass aufmachen. Und dass sie einmal jemand anderem wehgetan hat, muss man ja fast feiern. Endlich wehrt sie sich mal.“ Ein Kollege wendet ein: „Ich finde schon, ihr Verhalten ist deutlich zurückhaltender. Ich habe sie zum Beispiel beim Vorlesen immer als super aufmerksam und clever erlebt. Vielleicht ist ihr einfach langweilig. Wir könnten ja mal schauen, ob sie hier und da an einem Vorschul-Event beteiligt werden kann?“ Barbara kennt Madita am besten. Die Überlegungen ihres Teams nimmt sie ernst, hat aber noch nicht das Gefühl, dass Madita in Gänze gesehen wird.



2. Auffällige Verhaltensänderungen beobachten

Haben Fachkräfte eine Verhaltensänderung beobachtet, gibt es ganz unterschiedliche Ansatzpunkte. Dies hängt auch sehr davon ab, welches Verständnis das Team von solch einem Benehmen hat. Die pädagogische Grundhaltung ist Chance und Gefahr für das Entschlüsseln der korrekten Ursache von Verhaltensauffälligkeiten.

Beobachtungen sammeln

Eine informelle Besprechung im Team kann sinnvoll sein, um Beobachtungen auszutauschen und zu sammeln. Das Team kann jedoch darauf achten, Zuschreibungen zu wählen, die das Kind nicht in einer Rolle oder Eigenheiten festlegen. Beschreibungen wie „freundlich, aber zu still“, „lässt sich von anderen bevormunden“ oder „kontaktscheu“ könnten dazu führen, dass die Problematik im Charakter des Kindes verortet wird. Hilfreicher könnten Sätze wie „braucht viel Unterstützung im sozialen Miteinander“, „zeigt einen Leidensdruck“, „ist aus unklarem Grund verändert“ oder „braucht intensivere Begleitung“ sein. Das Team kann reflektieren, welche Beschreibungen lösungsorientiert und konstruktiv sind.

Im Team Beobachtungen besprechen

Nach einer ersten Besprechung können die Fakten gesammelt werden. In Maditas Fall könnte die Liste beispielsweise so aussehen:

- Schüchternes Wesen;
- im vergangenen Jahr in kleinen Schritten aufgetaut;
- spielte immer gern allein, aber ließ sich auch öfter auf andere Kinder ein;
- sehr interessiert an feinmotorischem und kognitiv anregendem Spielzeug, wirkte nie unterfordert;
- Interesse an Tätigkeiten und an anderen Kindern hat deutlich nachgelassen;
- Verschlossenheit hat zugenommen, auch gegenüber den Erzieher:innen;
- Umgang mit Wut einmalig auffällig, aber extrem für ihre Verhältnisse;
- sichtbare Gewichtabnahme;
- Familie hat nichts erwähnt;
- Abholung erfolgt durch Mutter oder (in letzter Zeit häufiger?) große Schwester.

Barbara holt sich Unterstützung, sammelt alle Blicke und lässt auch möglicherweise Unannehmes nicht aus. Doch eine strukturierte kollegiale Fallberatung hat hier nicht stattgefunden. Es wurden nur locker Hypothesen ausgetauscht.

Die Leitung dazuholen

Nach der Sammlung der Fakten geht es daher nun darum, die Gedanken sortierter zu besprechen und mehr Details zu sammeln: Was ist denn wirklich los? An diesem Punkt sollte auf jeden Fall die Leitung involviert werden, allein schon, um sich persönlich abzusichern.

Wie verhält sich das Kind im Alltag? Fachkräfte können gezielt beobachten, wenn ein Anfangsverdacht besteht.

