

Comic 2

Wenn Sturmfolgen bleiben



 **AETAS**
KINDERSTIFTUNG

KINDERKRISENINTERVENTION



Lebensstürme können Spuren hinterlassen, ...



... an Kopf, Herz und Körper.



Manche von ihnen kann das Seefahrerkind mit Ruhe, Fleiß, Unterstützung und Trost selbst verblasen lassen.



Manche Spuren jedoch sind so tief, ...



... dass Fleiß und Trost alleine nicht ausreichen.



Doch was macht einen Sturm zum traumatischen Sturm ...



... und wie lassen sich seine Spuren erkennen?



Nach einem traumatischen Sturm ...



... hört der Alarm nicht auf.



Der Kopf sucht immer weiter und in jeder neuen Situation nach ...



... Anzeichen für die alte Gefahr. Das funktioniert wie ein Steckbrief.



So kommt es, dass das Seefahrerkind harmlose Wolken ...



... mit dem alten Sturm verwechselt und sein Kopf wieder und wieder Trauma-Alarm schlägt.



Dann ist alles wieder da, das Seefahrerkind überzeugt: Jetzt passiert es wieder!



Es denkt, fühlt und handelt wieder so, wie mitten in seinem schlimmsten Altraum.



Weil der Steckbrief ständig warnt und immer Trauma-Alarm droht, ...



... versucht das Seefahrerkind fortan jeder Erinnerung an Sturm aus dem Weg zu gehen:



Es meidet die Gegend, weicht Winden aus, ...



... spricht nicht über das, was war ...



... oder trägt eine Nebelwand im Kopf, wann auch immer das Thema Sturm aufkommt.



Zwischen Trauma-Alarmen und Ausweichmanövern hin und hergeworfen, findet es kaum mehr Ruhe ...



... wird vielleicht reizbar und schreckhaft, ...



... oder Schlaf und Konzentration fallen schwer.



Das ist so anstrengend, dass so manches Seefahrerkind droht, an sich selbst und der Welt zu verzweifeln.



Für andere Kinder wird nicht der Steckbrief mit seinen Trauma-Alarmen zur schwersten Folge des Sturms ...



Sie erleben stattdessen, dass ihre Welt immer dunkler wird.



Wieder andere bekommen vor immer mehr Dingen Angst ...



... oder ihr Körper kann sich nicht mehr beruhigen, erzählt wieder und wieder die Geschichte vom großen Sturm, ...



... schickt zum Beispiel Schmerzen in Kopf oder Bauch.



Wie kann es nun weitergehen? Was hilft dem Körper? Was dem Kopf?



Wie findet ein Kinderherz wieder Hoffnung und Zuversicht?



Die gute Nachricht ist: Es gibt jede Menge Dinge, die helfen!



Aber was sind diese Dinge, die jedes Seefahrerkind tun kann, damit es besser wird?

Aus der Serie „Von Leuchttürmen und Seefahrerkindern“:

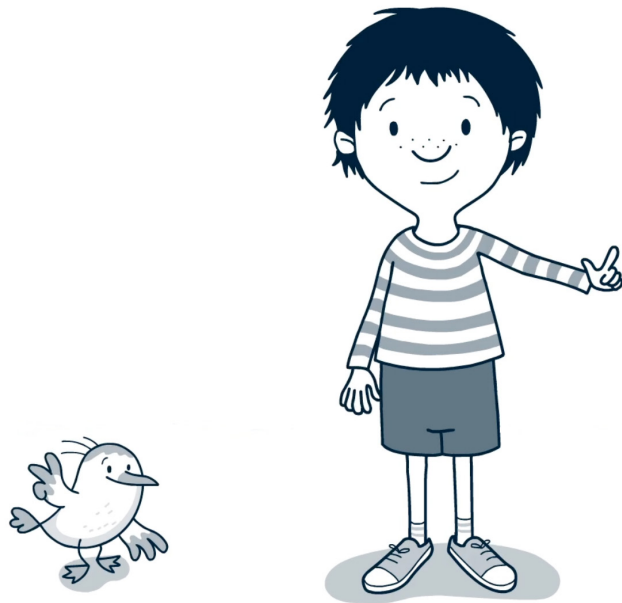
Comic 1 – „Wie Kinder Lebensstürme meistern“

Comic 2 – „Wenn Sturmfolgen bleiben“

Comic 3 – „Hilfe für den Körper“

Comic 4 – „Hilfe für den Kopf“

Comic 5 – „Hilfe für das Herz“



Weiter mit Comic 3:



Text & Idee: Tita Kern und Simon Finkeldei
Illustration: SaBine Büchner
Comic & Gestaltung: Protoplanet Studio

© 2023 AETAS Kinderstiftung

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



**GEWALT
LOS
WERDEN**
bayern-gegen-gewalt.de