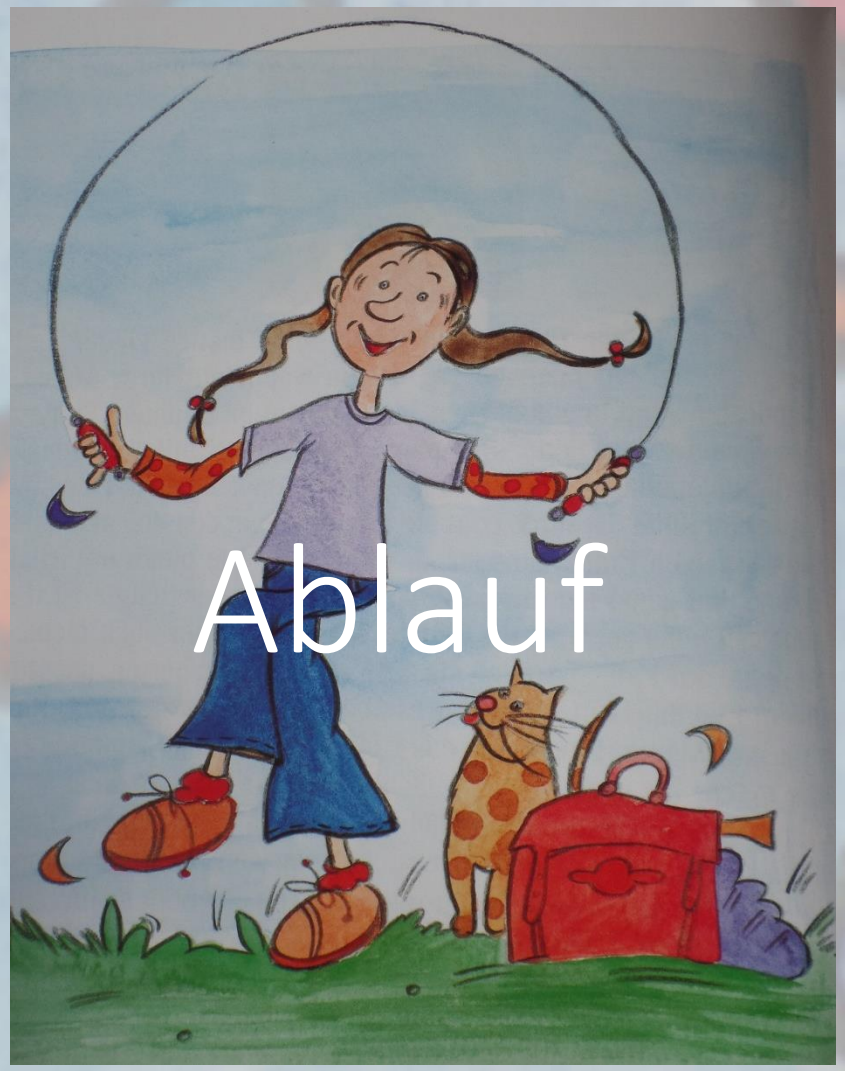
Traumatisierte Kinder in der Grundschule



Ablauf

Vorstellung
1. Kohärenzgefühl
2. Trauma
3. Folgeerscheinungen
4. Traumapädagogik/ Traumasensible Arbeit
5. Schule als sicherer Ort
7. Abschluss

Kohärenz

Was wir brauchen um uns *gesund*,
ganz und *richtig* zu fühlen?

- **1. Innere und äußere Sicherheit**
- **2. Das Empfinden, dass das eigene Leben bedeutsam ist***
- **3. Das Gefühl der Gestaltbarkeit und Kontrolle des Lebens***
- **4. Das Gefühl, einen Großteil des Lebens zu verstehen***

- ***Kohärenzgefühl nach Antonovsky**

Kohärenz

- *Das Kohärenzgefühl entwickelt sich:*

- Durch die Erfahrung, dass das eigene Leben „bedeutsam“ ist u.a. durch Akzeptanz, durch das Erleben von Selbstwirksamkeit, durch die Teilhabe an Entscheidungen
- Durch die Erfahrung, dass das eigene Leben „handhabbar“ ist durch u.a. ausgeglichene An- und Unterforderungen
- Durch die Erfahrung, das das eigene Leben „verstehbar“ ist, u.a. durch Bindung, durch Zugehörigkeit zu einer Gruppe

und

- Durch die Erfahrung der äußeren Sicherheit (Aufenthaltsstatus, Lebensunterhalt) und der inneren Sicherheit.

Kohärenz

„Traumatische Erfahrungen von Kindern greifen in den Prozess ein, in dem sich das Kohärenzgefühl entwickelt“ (Jegodtka/Luitjens, 2012, 14).

Trauma

- Trauma (griechisch): Wunde oder Verletzung.

„Ins seelische übertragen heißt Trauma psychische Wunde, die durch einen unerwarteten und plötzlichen Schlag hervorgerufen wurde, der jenseits der üblichen Erfahrungen liegt und dementsprechend eine starke Überforderung in der Bewältigung hervorruft.“

(**Lueger-Schuster, Brigitte; Pal-Handl, Katharina (2004):** Wie Pippa wieder lachen lernte. Elternratgeber für traumatisierte Kinder, Einleitung)

Trauma

Es wird bei traumatischen Erfahrungen unterschieden zwischen:

<u>Typ 1 (einmaliges Ereignis/ akut):</u>

Unfall, Überfall, Brand, Krankheit, Verlust einer Bezugsperson oder auch das Beobachten eines schrecklichen Ereignisses

<u>Typ 2 (sich wiederholende/ andauernde Ereignisse/ chronisch):</u>

Sexuelle Übergriffe, Vernachlässigung, Misshandlungen, Krieg, Folter, Flucht, Hungersnot, Dürre

Trauma

Wann sprechen wir bei einem Ereignis von Trauma?

Bei Gefahr reagieren Menschen instinktiv (Reptiliengehirn):

mit Kampf (fight) oder mit Flucht (flight)

Kann ein Mensch dies in einer lebensbedrohlichen Situation nicht tun

no fight – no flight

setzt eine innere Erstarrung ein (freeze):

Endorphine (schmerzbetäubende körpereigene Obiate) betäuben den Schmerz und die Panik, sie neutralisieren die akute Todesangst.

Noradrenalin blockiert die Integration der Wahrnehmung (Tunnelblick)

Und, zur Inneren Erstarrung kommt die Fragmentierung (fragment) hinzu: Das Ereignis kann nicht mehr zusammenhängend wahrgenommen werden, die Erinnerung ist „zersplittert“ (z.B. zeitliche Abfolge).

Exkurs: Das drei-einige Gehirn

- 3. Das „Menschenhirn“ (Neo – Kortex)
  - **KOGNITIVE VERARBEITUNG**
- 2. Das Säugetierhirn (limbisches System)
  - Erzeugt die Gefühle, Grundfrage: „Ist das gut oder schlecht?
  - **EMOTIONALE VERARBEITUNG**
- 1. Das Reptiliengehirn (Stammhirn)
  - Nimmt Informationen aus dem Körper auf und sendet diesem wieder zurück, es reguliert Grundfunktionen wie Atmung und Herzschlag
  - Kontrolle des Energieniveaus Körpers und der darüber liegenden Hirnregionen
  - Es bestimmt unsere Erregungszustände
  - **SENSUMOTORISCHE VERARBEITUNG**

Trauma

Wirkungen von traumatischen Erlebnissen

Traumatische Erlebnisse erschüttern das Vertrauen in die Welt und in das Leben, in die Regeln und die Werte dieser Welt und in andere Menschen

Traumatische Erlebnisse unterbrechen das bisherige Leben, die Verbindung von Vergangenheit und Zukunft, die Zukunft verliert ihre Vorhersagbarkeit (Kontrolle)

Nach einem traumatischen Erlebnis stellt sich ein gedankliches und gefühlsmäßiges Festhalten am Ereignis ein, dies zeigt sich u.a. körperlich in der Hormonproduktion oder bei der Informations-verarbeitung des Gehirns. Nicht darüber sprechen können lösen darüber hinaus Gefühle der Isolation und des „Nicht- verstanden- Werdens aus.

Trauma

Mögliche Traumafolgesymptome:

Intrusionen (Wiedererleben): Flash Backs, Albträume Gedanken und Grübeln

Konstriktion (Vermeidung): Vermeidung aller Reize, die Erinnerungen an das Trauma wachrufen können: emotionale Betäubung (nichts mehr fühlen), Entfremdung und soziale Isolation

Hyperarousal (Übererregung): Die Übererregung des Körpers wird nicht abgebaut, Kinder reagieren auf kleine Reize mit Wutausbrüchen, Erschrecken, Reizbarkeit und Schlafstörungen

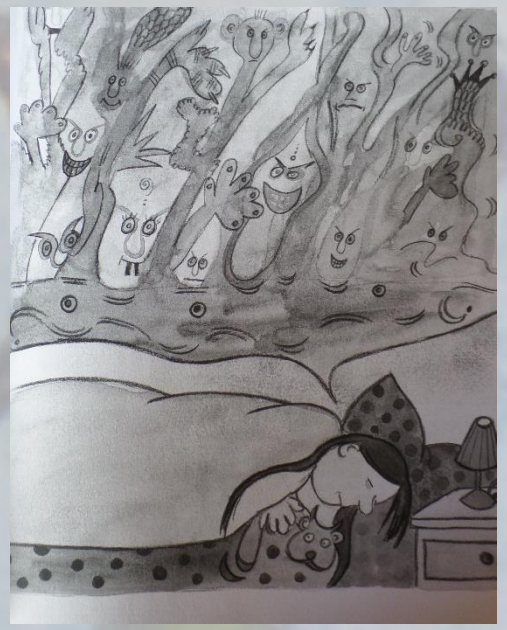
Dissoziation (Verschwinden): Veränderung der Wahrnehmung: körperliche Anspannung (Tonus), Gedanken und Gefühle werden getrennt

Typische Reaktionen bei Kindern bis sechs Jahren:

- Angst vor Dunkelheit oder vor Tieren
- Anklammern an die Eltern
- Starke Unruhe in der Nacht, Schlafstörungen
- Bettnässen
- Sprachschwierigkeiten
- Übermäßiges oder reduziertes Essen
- Weinen und Schreien
- Erstarren, zittern
- Angst alleine gelassen zu werden
- Angst vor unbekannten Menschen
- Ereignis wird immer wieder nachgespielt oder gezeichnet
- Erworbene Fähigkeiten gehen verloren

Typische Reaktionen von Schulkindern (6 bis 10 Jahre):

- Jammern
- Sich anklammern
- Reizbarkeit
- Aggressives Verhalten zu Hause und in der Schule
- Konkurrenzkämpfe mit Geschwistern um Aufmerksamkeit der Eltern
- Alpträume, Angst vor Dunkelheit
- Nicht in die Schule wollen
- Konzentrationsprobleme
- Lernschwierigkeiten
- Verhaltensschwierigkeiten in der Schule
- Essprobleme
- Unglücklich sein
- Neue Ängste
- Verlust von Interessen
- Ereignis wird immer wieder nachgespielt oder gezeichnet



?

Wie kann ich damit umgehen?

!

Kinder benötigen „Unterstützung darin „den Faden der Entwicklung des Kohärenzgefühls wieder aufzunehmen“

(Jegodtka/Luitjens 2012,30)

Jeder Mensch möchte bedeutsam sein und geliebt werden

Kinder und Jugendliche werden in ihrer jetzigen Situation gesehen

Ihren bisherigen Lebensweg gilt es kennenzulernen und wertzuschätzen

Ihre Ressourcen gilt es zu erkennen

und zu fördern

Ihre Perspektiven gilt es sichtbar

werden zu lassen

Grundhaltung in der Trauma-Pädagogik

- Die Annahme des guten Grundes
- Wertschätzung
- Partizipation
- Transparenz
- Freude

Inhalte/ Kernstücke traumapädagogischer Arbeit

Die Schule als eine traumasensible Institution, ein sicherer Ort für alle Kinder

Ein sicherer Ort für alle Kinder

Ohne einen äußeren, sicheren Ort ist das Erschaffen eines inneren sicheren Ortes nicht möglich!

Der äußere sichere Ort ist ein gewaltfreier Ort an dem sich Kinder , Jugendliche und Erwachsene aufhalten:

Ein sicherer Ort für alle Kinder

Vom: „Wo können wir mit diesem Kind hin, hier gehört es nicht her“ zum

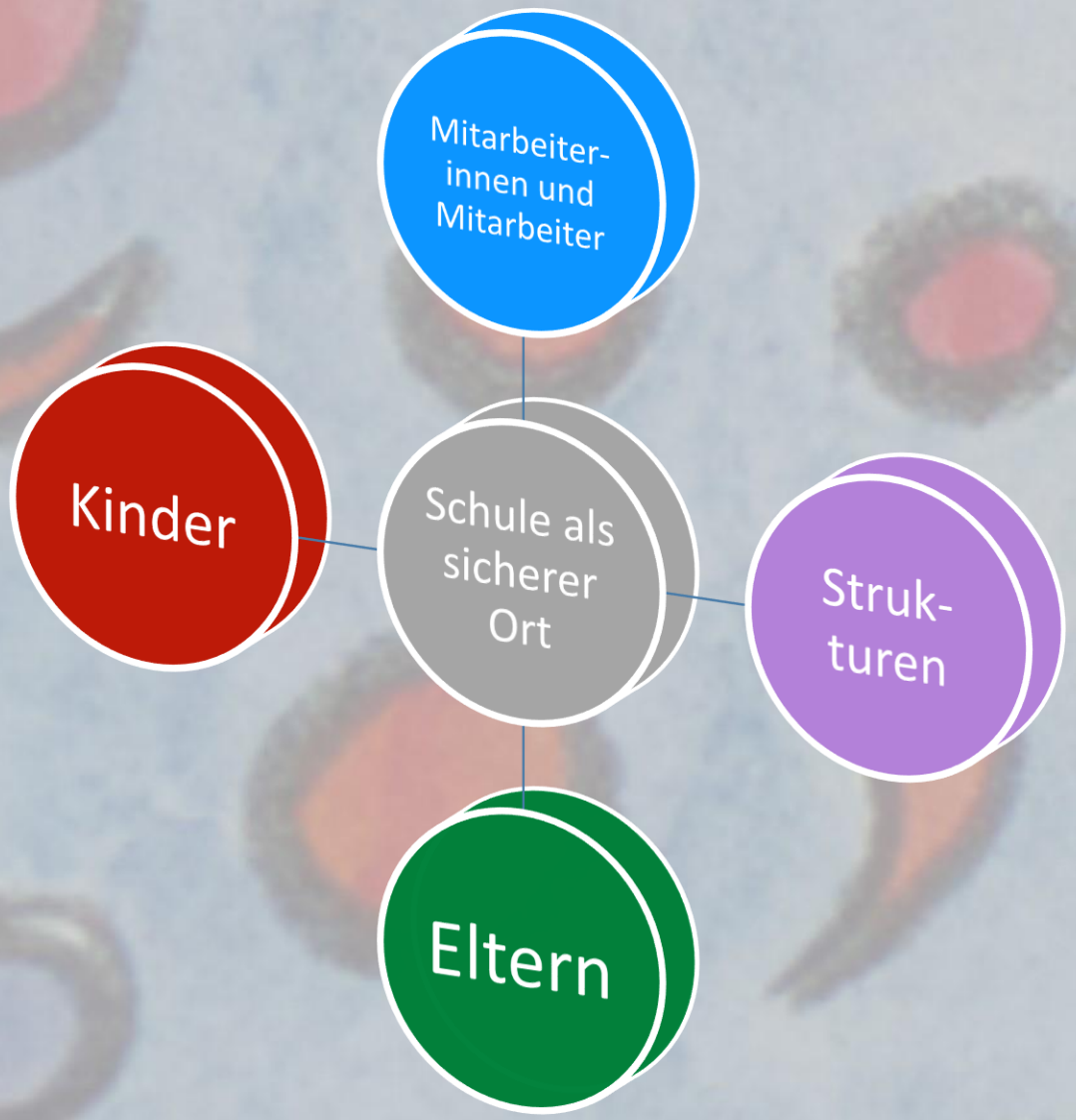
„Was können wir tun, was brauchen jede/ jeder?“

Vom „ Was tust du da?“ zu

„Warum oder Du machst das, weil… „

(Konzept des guten Grundes nach W. Weiß)

Ein Ort, an dem alle Kinder sich sicher fühlen können, muss die Ebene der (traumatisierten) Kinder, die aller Mitarbeiterinnen/ Mitarbeiter der Schule , der Eltern und strukturelle Aspekte mit einbeziehen.



Für die Kinder

Für (traumatisierte) Kinder ist es wichtig:

Die Welt ist Verstehbar, Handhabbar und Bedeutsam

Kontinuierliches Beziehungsangebot, Biografiearbeit (Das bin ich, ich bin wichtig)

Dem Entwicklungsstand entsprechend weder über- noch unterfordern, Stabilisierung, Selbstwirksamkeit, Selbstwahrnehmung und Selbstberuhigung

Partizipation an Entscheidungen die bedeutsam und handhabbar für Kinder sind, Anerkennung und Achtung anderer, Freundschaften, Übernahme von Verantwortung

Das bedeutet u.a. transparente Strukturen, klare Regeln und Rituale zu schaffen:

dies gilt im *„kleinen“* für die Strukturen im Unterricht und in den Klassen

dies gilt im *„großen“* für die formalen Schulstrukturen, die Gestaltung des Schulgeländes und des -gebäudes.

Für die Kinder

Beispiele

Strukturen in den Klassen:

- Ordnung und klare Strukturen im Klassenraum
- Stundenpläne werden in den Klassen für alle sichtbar aufgehängt
- die Gruppen bei einer Aufteilung sind bekannt und festgelegt
- zu Beginn des Unterrichts wird erläutert, was in der Stunde geschehen wird
- Schülersprechtage
- Verlässlichkeit: Einhalten von Vereinbarungen, Versprechungen und angekündigten Konsequenzen
- Deutliche und klare Konsequenzen
- Plakative und kontrollierbare Regeln
- Transparenz und Partizipation bei wichtigen Entscheidungen und Veränderungen
- Ankündigung von Ausflügen und Unternehmungen
- keine Überraschungen, weder positive noch negative!
- Rituale im Tages- und Wochenverlauf

Für die Kinder

Beispiele

Vor Schulbeginn (Gestaltung des Übergangs)

- Regelmäßige Besuche mit dem Kindergarten
- Patenklassen

Strukturen im Schulgebäude:

- Schulregeln an vielen Orten sichtbar machen
- Vertretungsplan sichtbar aufhängen
- „Was gibt es heute zu essen“ gut sichtbar aufhängen
- Raumpläne sichtbar aufhängen

Strukturen auf dem Schulgelände:

- alle Aufsichten eine gelbe Warnweste
- alle Besucherinnen/Besucher der Schule (Praktikantinnen/Praktikanten, Handwerkerinnen/Handwerker etc.) sind durch Schilder „Gast der Schule“ klar erkennbar

Mitarbeiter-innen und Mitarbeiter

Alle Mitarbeiterinnen/ Mitarbeiter sind aus meiner Sicht verantwortlich für ihre Selbstfürsorge und dafür, „die Waage zwischen professioneller Distanz, empathischem Handeln, Verständnis und Zuwendung zu finden. Sie müssen ihr eigenes Handeln, ihre Gefühle dem Kind gegenüber und die Szenen die entstanden sind, stetig reflektieren“ (Kühn 2011, 67).

Mitarbeiter-innen und Mitarbeiter

ABER

„Diese schwierige und emotional sehr anstrengende, beziehungsorientierte Arbeit verdient allen Respekt und alle Wertschätzung“ (Brisch, 2011, 157)

Die Schulleitung begleitet die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kontinuierlich, verlässlich, beratend und unterstützend!

Mitarbeiter-innen und Mitarbeiter

Beispiele

- Allgemein
  - Supervision
  - Fortbildungen u.a. im Bereich der Traumapädagogik
- Schulische Strukturen
  - Entlastung durch Doppelbesetzungen,
  - Gespräche wann immer sie nötig sind
  - Klare, regelmäßige Absprachen
  - Entwicklungsplankonferenzen in denen alle gemeinsam beraten, welche Strukturen das jeweilige Kind benötigt um erfolgreich lernen zu können
  - Jahrgangsteams treffen sich regelmäßig (Multiprofessionelle Teams)
  - In jeder Klasse werden mindestens zwei Lehrkräfte (möglichst nicht mehr als 4) eingesetzt, so dass ein Austausch über die Kinder möglich ist.

Unterstützung bei

- Fallkonferenzen: Evtl. Kooperation mit u.a. AfsD und ReBuZ und außerschulischen Partnern
- Ordnungsmaßnahmen (z.B. reduzierte Beschulung über einen begrenzten Zeitraum)
- Anbahnung von einer Beschulung am anderen Ort

Strukturen

- Achtsamkeit und Wertschätzung im Umgang miteinander
- Bindungsoffenheit
- Humor
- Zeit für Gespräche
- Klare Regeln und Absprachen
- Transparenz
- Gewaltfreiheit

Eltern

Die gute Zusammenarbeit von Eltern und Schule gilt als Schlüssel für den erfolgreichen Lernweg von Kindern

Haltung
Nicht beschämen
Eine Tür offen lassen

Eltern

Transparenz und Partizipation

Terminplan des Schuljahres
Einbindung der Eltern in die Schule
Themenelternabende/ Klassenelternabende
Elternsprechtage
Elternqualifizierung

Zusammenarbeit
Regelmäßige Gespräche (nicht nur situationsbezogen), Dialoge
Anamesegespräche
Treffen verbindlicher Vereinbarungen
Hospitationen der Eltern in der Schule (Leisezeit Plus)
Hausbesuche der Lehrkräfte (Besuch der Kinder)
Unterstützung bei der Anbahnung familienunterstützender Maßnahmen
Unterstützung bei der Anbahnung therapeutischer Maßnahmen (Therapie, stationärer Aufenthalt)