

Die PTBS fasst die wesentlichen Symptome, die traumatisierte Menschen zeigen, in den folgenden drei Symptomclustern zusammen:

- **Intrusionen:** Unwillentliches Wiedererleben des Traumas oder von Aspekten der traumatischen Erfahrung zum Beispiel über Bilder, Flashbacks, Affekte, Alpträume. Oft treten dabei sowohl körperliche als auch psychische Stresssymptome auf. Dies umfasst auch ein Handeln oder Fühlen, als ob das traumatische Ereignis wiederkehrt.
- **Vermeidungsreaktionen:** Dabei werden Reize vermieden, die auf irgendeine Art mit dem Trauma verbunden sind. Dazu zählen Gedanken, Gefühle, Aktivitäten, Menschen oder Orte, die einen solchen Bezug beinhalten, und ein vermindertes Interesse an wichtigen Aktivitäten.
- **Hyperarousal:** Darunter versteht man alle Reaktionen und Symptome, die auf einen dauerhaft erhöhten Erregungspegel zurückzuführen sind – eine hohe Wachsamkeit und Schreckhaftigkeit ebenso wie eine allgemein erhöhte Reagibilität. Dies äußert sich in einer verminderten Kontrolle über das eigene Verhalten, oft auch über wenig kontrollierbare Aggressionsausbrüche. Da Zustände einer hohen Erregung unmittelbar selbst wieder als Trigger wirken können, kann sich hier schnell ein Teufelskreis bilden.

3. Die Verarbeitung traumatischer Erfahrungen

Die ängstigende, schmerzende und das Selbstverständnis verletzende Erfahrung der Flucht kann über eine vereinfachende Beschreibung der Symptome nicht angemessen erfasst werden. Kommt es nicht bald zu einer positiven Verarbeitung der traumatischen Erfahrungen, dringt die oft kritische Lebenssituation mit ihren destruktiven Implikationen tief in die Persönlichkeit ein. Dann können unter besonders belastenden Umständen auch bereits erreichte Entwicklungen gefährdet werden. Manchen Menschen gelingt es, trotz des unvorstellbaren erlebten Leids, Ressourcen zu aktivieren und zu nutzen.

Bei der Bewältigung eines Traumas spielen die Lebenserfahrungen der Betroffenen aus der Zeit vor dem Trauma eine große Rolle. Hier erworbene Resilienzen wirken als Schutzfaktor. Dazu zählen insbesondere frühe sichere und tragende Bindungserfahrungen und ein gutes soziales Netz, aber auch Persönlichkeitsfaktoren wie beispielsweise ein kontaktfreudiges Temperament.

Die Tatsache, dass Familien oft viele Jahre in Krisengebieten leben mussten, in denen Angst und Stress ständige Begleiter waren, erschwert diesen Kindern und Jugendlichen die Verarbeitung des Erlebten. Hinzu kommen häufig weitere Belastungen wie unsichere Arbeitsverhältnisse, Engpässe bei der Versorgung mit Nahrung oder fehlende ärztliche Behandlung. Ein weiterer wesentlicher Faktor ist, dass sich die geflüchteten Kinder und Jugendlichen noch in der Entwicklung befinden. Das traumatische Geschehen greift tief in laufende Entwicklungsprozesse ein, die dadurch beeinträchtigt werden.

Umso mehr sind Flüchtlinge bei der Bewältigung ihrer traumatischen Erfahrungen auf eine sensible und auf ihre spezifischen Bedürfnisse angepasste Begleitung und Betreuung angewiesen. In einem solchen Umfeld wird auch wieder ein anderer Blick möglich: Viele Flüchtlinge haben gute Ressourcen, die ihre Resilienz gestärkt und ihnen geholfen haben und auch weiter helfen, die herausfordernde Situation der Flucht und des Ankommens im Zielland gesund zu verarbeiten. Soziale Faktoren wie Unterstützung durch Freunde oder Familie, Persönlichkeitseigenschaften wie kognitive und emotionale Intelligenz, ein extrovertierter Charakter, Kreativität oder auch der Zugang zu sinnstiftenden Bezügen, die helfen, optimistisch eine Zukunft zu denken, können bei der Bewältigung der Extremerfahrungen eine stabilisierende und unterstützende Rolle spielen.

Die Anerkennung und Förderung dieser Resilienzfaktoren hilft den Betroffenen, die eigene Kraft, Kontrolle und Selbstwirksamkeit wieder zu spüren, und ermöglicht ihnen, ihr inneres Gleichgewicht wiederherzustellen. Auch wenn es notwendig ist, die Not und die Defizite im Leben geflüchteter Kinder und Jugendlichen nicht zu übersehen, öffnet gerade eine solche ressourcenorientierte Haltung den Blick auf eine mögliche Steigerung der Resilienz und des persönlichen Wachstums. Hier kann das Lernfeld Schule eine wichtige Funktion übernehmen.



Kapitel III Implikationen und Anregungen für Schule und Unterricht

Durch eine bedürfnisgerechte Gestaltung des Schulalltags werden betroffene Schülerinnen und Schüler unterstützt und Lehrkräfte entlastet.

Durch eine förderliche Umgebung kann die Schule mit ihren Lehrkräften wichtige Voraussetzungen schaffen für einen Weg auch hoch belasteter Kinder und Jugendlicher in eine gesunde Zukunft.

In ihrer klaren und damit Sicherheit vermittelnden Struktur bietet die Schule traumatisierten Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, sich selbst wieder als fähig und wirksam zu erleben. So erhalten sie die Chance, aus dem Kreislauf von Ausgeliefertsein und Abhängigkeit zu entkommen. Ein Alltagsleben, in dem sich die jungen Flüchtlinge mit ihrer Symptomatik verstanden und gehalten fühlen und in dem sie Sicherheit und Stabilität erfahren, ist die beste Bedingung für das Gelingen einer Verarbeitung der traumatischen Erfahrungen.

Ein solcher an den spezifischen Bedürfnissen orientierter pädagogischer Alltag hat dabei Vorrang vor einer therapeutischen Behandlung. Nur sehr stark betroffenen Kindern und Jugendlichen sollte über ein stabilisierendes und haltendes pädagogisches Angebot hinaus eine spezifische Psychotherapie empfohlen werden.

Zu den Beispielen und Anregungen

Kinder und Jugendliche, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, reagieren mit unterschiedlichen individuellen Verhaltensweisen und Erlebensmustern. Daher sind die im Folgenden angeführten Beispiele zur Gestaltung eines traumasensiblen Umfeldes lediglich als Anregungen zu verstehen, um eigene Lösungen zu finden, die den jeweiligen Kindern und Jugendlichen, der Klassensituation und der pädagogischen Fachkraft gerecht werden.	
--	--

1. Haltung und Symptomverständnis

Grundlage der pädagogischen Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist es, einen sicheren Ort zu schaffen und stabile und verlässliche Beziehungen zu ermöglichen.

Wertschätzung und Ressourcenorientierung

Ein solch sicherer Ort beinhaltet eine grundsätzlich wertschätzende und empathische Haltung der pädagogischen Fachkräfte. Dadurch wird ein positives Selbstkonzept der Kinder und Jugendlichen gefördert und sie werden dabei unterstützt, eigene Ressourcen zu erkennen und zu nutzen. Im Fokus stehen die Stärken, Interessen sowie Erfolge der Kinder. Perspektiv- und Interessenlosigkeit, gar der fehlende Glaube an eine eigene Zukunft resultieren häufig aus den belastenden Erfahrungen, den Sorgen und Ängsten. Hier gilt es, die Entwicklung von Wünschen und Zielen zu fördern – sind sie doch „Motor“ des Lebens.

Symptomverständnis

Die Zusammenarbeit von Lehrkräften und jungen Flüchtlingen ist für beide Seiten streckenweise eine große Herausforderung. Symptome der Traumatisierung wie Konzentrationsprobleme, Schlafstörungen (und in der Folge Unpünktlichkeit oder Einschlafen im Unterricht) oder Impulsdurchbrüche erschweren einen gelingenden Lernprozesses und ein konstruktives Miteinander in den Klassen. An dieser Stelle benötigen die betroffenen Schülerinnen und Schüler jedoch insbesondere professionelles Verständnis und Unterstützung.

Dies beinhaltet, dass die Symptomatik als Ausdruck eines Schutz- und Selbstheilungsversuchs verstanden wird. Auch wenn die Betroffenen mit allen ihnen zur Verfügung stehenden Kräften versuchen, der Überwältigung durch die Trauma-Erinnerungen etwas entgegenzusetzen, gelingt dies lange nur rudimentär. Die beschriebenen Symptome können dann – trotz des Leids, das sie mit sich bringen – als bestmögliche Lösung und im Sinne eines Selbstheilungsversuchs verstanden werden. Sie sind ein Versuch, der drohenden Aktualisierung der traumatischen Erfahrung zu entkommen. Man kann sie als wichtigen Schritt bei der Verarbeitung des Erlebten verstehen, der unter guten Bedingungen zu einer Gesundung führen kann.

Beispielsweise kann die nächtliche Schlaflosigkeit junger Flüchtlinge im Sinne einer Wächterfunktion verstanden werden. Vielleicht lässt es sich am Morgen, wenn die Gespenster der Nacht langsam verschwinden, gerade im sicheren Klassenzimmer ruhiger schlafen. Anders als

in den Alpträumen der Nacht können sich hier die Bilder des Grauens nicht so leicht Bahn brechen.

Vor diesem Hintergrund ist verständlich, dass die Aufmerksamkeit der betroffenen Kinder und Jugendlichen dann vor allem der Kontrolle überwältigender Erinnerungen gilt. Die für das Lernen notwendige Fokussierung kann nicht gelingen.

Impulsdurchbrüche stellen häufig den Versuch dar, der Ohnmacht und Hilflosigkeit etwas entgegenzusetzen.

Versteht man, dass betroffene Kinder und Jugendliche immer wieder überwältigenden Erinnerungen ausgesetzt sind, gelingt es leichter, schwer erträglichen Verhaltensweisen mit mehr Geduld und Verständnis zu begegnen. Der Versuch, solche Verhaltensweisen durch angedrohte oder tatsächliche Sanktionen zu beenden, birgt immer die Gefahr, dass sich „der Deckel vom Fass löst“. Die Folge kann Destabilisierung sein. Symptome können sich verschieben und in anderer Form noch massiver hervortreten.

Das Verständnis, dass traumatisierte Kinder und Jugendliche einen guten Grund für ihr Verhalten haben, und das Respektieren der Symptome als Selbstheilungsversuche sind damit zentrale Aspekte einer traumasensiblen pädagogischen Haltung. Dabei sind die Symptome und besonderen Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen als normale Antwort auf eine unnormale Situation zu verstehen (Normalitätsprinzip). Die schrecklichen Erlebnisse der Betroffenen sind es, die außerhalb der Norm liegen, nicht die Reaktionen der Kinder und Jugendlichen auf diese Erfahrungen. Gleichzeitig finden Betroffene eigene und individuelle Bewältigungsstrategien, um mit den belastenden Erfahrungen umzugehen (Individualitätsprinzip).

2. Ermöglichten positiver Beziehungserfahrungen

Positive Beziehungserfahrungen und soziale Eingebundenheit tragen erheblich zur Stärkung der Resilienz traumatisierter geflüchteter Kinder und Jugendlichen bei. Die Schule bietet eine gute Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und Zugehörigkeit zu erleben. Um Schülerinnen und Schüler in einer positiven Beziehungsgestaltung zu unterstützen, gilt es, in der Klasse einen respektvollen und wertschätzenden Umgang zu fördern. Dies beinhaltet auch die Prävention von Mobbing, ausgrenzendem und diskriminierendem Verhalten.

Gerade traumatisierten Kindern und Jugendlichen fällt es häufig schwer, zu vertrauen und Beziehungen aufzubauen. Aufgrund belastender Lebenserfahrungen ist das Vertrauen in andere Menschen oft erschüttert und muss neu erlernt werden. Hintergrund sind manchmal grauenvolle Erfahrungen mit Mitmenschen wie Tötungen, Verletzungen und Vergewaltigungen, die in Kriegsgebieten beobachtet und erlebt wurden. Hinzu kommen Vertrauensmissbrauch und Ausnutzung beispielsweise durch Schlepper. Aufgrund anhaltender Belastung und Überforderung kann es in Zeiten der Not auch zu unerwarteten Reaktionen und Gewalthandlungen innerhalb der Familie kommen.

Die Erfahrung, wichtige Bezugspersonen verloren zu haben, beeinträchtigt weiterhin die Fähigkeit, Beziehungen als verlässlich wahrnehmen und zulassen zu können. Aus diesem Grund ist die Stärkung der Beziehungsfähigkeit ein grundlegendes Element der traumasensiblen Pädagogik.

Das Erleben einer zuverlässigen, vertrauensvollen und wertschätzenden Lehrer-Schüler-Beziehung, in der sich die Schülerinnen und Schüler angenommen fühlen, persönliche Grenzen gewahrt und Vereinbarungen eingehalten werden, stellt den negativen Erlebnissen eine korrigierende Beziehungserfahrung gegenüber. Dies kann betroffenen Kindern und Jugendlichen ermöglichen, das Vertrauen in andere Menschen und die Fähigkeit, Beziehungen einzugehen, wieder zurückzugewinnen (Kühn, 2002). Der Lehrkraft sollte dabei bewusst sein, dass die Beziehungsgestaltung mit traumatisierten Schülerinnen und Schülern zumeist krisenhaft verläuft (Bailerl, 2014). Daher braucht es Lehrkräfte,

die Schwierigkeiten im Beziehungsaufbau oder unerwartete Beziehungssabbrüche als Symptomatik der Traumatisierung erkennen und aushalten können.

3. Wiederherstellen eines Sicherheits- und Kontrollgefühls

Typische Charakteristiken traumatischer Situationen sind massive Bedrohung, das Erleben der eigenen Unterlegenheit, Hilflosigkeit und Ohnmacht, Kontrollverlust sowie tiefe Gefühle der Verlassenheit durch die Abwesenheit von Schutz und Helfern. Diesen Erfahrungen ist ein größtmögliches Maß an Sicherheit entgegenzusetzen. Dazu gehören das Gefühl der Kontrolle, haltende soziale Beziehungen, Gleichberechtigung, Partizipation und die Sicherheit, dass Grundbedürfnisse geachtet werden. Erfahrungen, die den Gefühlen oder Wahrnehmungen während einer traumatischen Situation ähneln, bergen die Gefahr, das innere Wiedererleben der schrecklichen Erlebnisse auszulösen. Entlastend ist daher die Gestaltung eines Schullauftags, der eine maximale Differenz zu den Charakteristiken traumatischer Situationen herstellt.

Vorhersehbarkeit, Kontrollierbarkeit

Neue, unstrukturierte und wenig vorhersehbare Situationen werden von traumatisierten Kindern und Jugendlichen schnell als unangenehm und beängstigend erlebt. Das kann zum Beispiel auf Situationen offener Unterrichtsformen, Pausen, unvorhergesehene Klassenraumwechsel, Vertretungssituationen, Schulausflüge oder auch Feste zutreffen. Besonders schwierig ist die erste Zeit in einer neuen Schule. In vielen Fällen entlastet es, die Schülerinnen und Schüler frühzeitig vorzubereiten und zu informieren. Dadurch werden solche Situationen vorhersehbarer und kontrollierbarer (zum Beispiel Beschreiben/Bebildern von Abläufen, rechtzeitige Ankündigung von Veränderungen).

Ein weiteres Beispiel für eine potenziell als bedrohlich erlebte Situation ist eine Veränderung der Sitzordnung. Gerade in den Vorbereitungs- oder Intensivklassen wird in vielen Schulen die Sitzordnung häufig verändert, um das gegenseitige Kennenlernen zu erleichtern und das Klassenklima zu verbessern. Für traumatisierte geflüchtete Kinder

und Jugendliche stellt dieses Vorgehen, das immer wieder Flexibilität und Anpassungsfähigkeit abverlangt, häufig eine Überforderung dar. Gerade weil es vielen schwerfällt, soziale Beziehungen einzugehen und Vertrauen zu fassen.

Deshalb sollte von der Praxis der häufigen Veränderung der Sitzordnung abgesehen werden, falls dies für einige Schülerinnen und Schüler in der Klasse eine zusätzliche Belastung darstellt. Ohnehin verändert sich die Konstellation in diesen Klassen zumeist häufiger als in anderen: Auch während des Schuljahres kommen neue Mitschülerinnen und Mitschüler hinzu, andere verlassen die Klassengemeinschaft – im Falle von Abschiebungen manchmal völlig unerwartet. Dies stellt nicht nur für Lehrkräfte eine besondere Herausforderung dar. Auch für die Kinder sind mit der Unberechenbarkeit der Klassenzusammensetzung große Unsicherheiten verbunden. Oft ist unvorhersehbar, ob Freunde bleiben können oder welche neuen Klassenkameraden das Klassenklima künftig mit beeinflussen werden.

Klare und verständliche Regeln und Absprachen, feste Strukturen, wiederkehrende Abläufe und Rituale ermöglichen den betroffenen Kindern und Jugendlichen einen sicheren Rahmen, innerhalb dessen sie sich entfalten können. Rituale eignen sich besonders, um Veränderungen zu begleiten. Sie helfen nicht nur, unsichere Situationen zu strukturieren, sondern fördern auch das Gemeinschaftsgefühl.

Rituale in Schule und Unterricht

Rituale müssen nicht unbedingt viel Zeit in Anspruch nehmen. Zentral ist der wiederkehrende gleichbleibende Ablauf. Willkommensrituale zur Begrüßung neuer Schülerinnen und Schüler können beispielsweise bereits das Aufhängen eines gemeinsam gestalteten Willkommensplakats und das Singen eines Liedes

sein. Ähnlich verhält es sich bei Abschieden und anderen Anlässen. Abschiede sollten auch dann zumindest symbolisch gefeiert werden, wenn Schülerinnen oder Schüler so unerwartet fortgehen, dass dieses Ritual nur noch ohne sie stattfinden kann.

Transparenz und Aufklärung

Den traumatischen Erfahrungen von Ohnmacht und Desorientierung lassen sich Transparenz und Aufklärung im Schullauftag gegenüberstellen. Regeln und Rahmenbedingungen müssen verständlich, nachvollziehbar und bekannt sein (zum Beispiel Zuhilfenahme von Bildmaterial mit alters- und entwicklungsgerechte Darstellungen, regelmäßige Wiederholungen). Transparenz ist besonders wichtig, wenn Unvorhergesehenes geschieht.

Entscheidungsfreiheit und Partizipation

Die Möglichkeit, Entscheidungen zu treffen, und das Recht auf Partizipation wirken dem Gefühl von Kontrollverlust entgegen und stärken das Erleben von eigener Autonomie und Kompetenz. Gleichzeitig sind die Bereiche, in denen Kindern und Jugendlichen Wahlmöglichkeiten

Mitbestimmung im Unterricht ermöglichen

Im Unterricht gibt es viele Möglichkeiten, um Partizipation und Entscheidungsfreiheiten zu ermöglichen, dies geschieht zumeist täglich in vielfältiger Weise. Je nach Alter und Entwicklungsstand der Kinder kann das die Wahl der	Papierfarbe für ein Bild sein, die gemeinsame Definition bestimmter Gruppenregeln oder die Gestaltung von Ausflügen. Wichtig ist dabei, dass die Bereiche entwicklungsgerecht und kultursensibel ausgewählt werden.
--	---

und Mitbestimmung angeboten werden, mit Bedacht zu wählen, um Überforderung zu vermeiden. Gerade jüngere Kinder sind es – abhängig von ihrem kulturellen Hintergrund – nicht unbedingt gewohnt, von Erwachsenen nach ihrer Meinung gefragt zu werden. Dies kann auch Gefühle der Unsicherheit und Hilflosigkeit auslösen.

Respektieren grundlegender Bedürfnisse

Zu einem sicheren Ort gehört, dass Grundbedürfnisse ernst genommen und respektiert werden. Geflüchtete Kinder und Jugendliche haben vor und während ihrer Flucht teilweise die Erfahrung machen

müssen, dass selbst grundlegende Bedürfnisse nicht angemessen befriedigt werden konnten. Dazu gehören beispielsweise Hunger, quälender Durst, das Bedürfnis nach sicherem Schlaf oder die Unmöglichkeit einer würdevollen Verrichtung der Notdurft. Das erneute Erleben einer Missachtung solcher Bedürfnisse birgt eine erhebliche Triggergefahr. Die Schule kann nur dann ein sicherer Ort sein, wenn diese Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen respektiert werden.

Trinken und Toilettengang während des Unterrichts

Das Trinken während des Unterrichts oder die uneingeschränkte Nutzung der Toilette sollte zu jedem Zeitpunkt gestattet sein. Eine Einschränkung kann zuweilen für alle Schülerinnen und Schüler eine schwere Belastung darstellen. Bei Flüchtlingen sollte zusätzlich berücksichtigt werden, dass sie hier übliche Nahrungsmittel teilweise nicht gut vertragen und unhygienische Bedingungen auf der Flucht zu langanhaltenden Magen-Darm-Beschwerden führen können. Zusätzlich kann der Gang zur Toilette (und damit das kurzzeitige Verlassen des Klassenzimmers) Kindern und Jugendlichen dabei helfen, sich in Situationen der Anspannung selbst zu beruhigen und impulsiven Reaktionen vorzubeugen.	gen und unhygienische Bedingungen auf der Flucht zu langanhaltenden Magen-Darm-Beschwerden führen können. Zusätzlich kann der Gang zur Toilette (und damit das kurzzeitige Verlassen des Klassenzimmers) Kindern und Jugendlichen dabei helfen, sich in Situationen der Anspannung selbst zu beruhigen und impulsiven Reaktionen vorzubeugen.
---	---

Gesichtswahrung ist ein weiteres Bedürfnis. Kritik, Hänseleien, Beleidigungen oder Zurückweisung lösen schnell Gefühle der Erniedrigung, Unterlegenheit, des „Gesichtsverlusts“ aus. Bei einigen Kindern und Jugendlichen kann das auch der Fall sein, wenn sie die Antwort auf die Frage der Lehrkraft nicht kennen oder eine Aufgabe an der Tafel nicht lösen können. Auch wenn es nicht gelingt, Schülerinnen und Schüler stets vor solchen Erfahrungen zu schützen, lohnt es sich doch, aufmerksam zu sein und derartige Situationen, die als Gesichtswahrsverlust erlebt werden, möglichst zu vermeiden. Massive Abwehrreaktionen von sozialen Rückzug über heftige Impulsausbrüche bis hin zu auto- oder fremdaggressivem Verhalten sind mögliche Folgen von Scham und erlebter Erniedrigung.

Schutz vor Gewalt

Um Schülerinnen und Schüler vor Gewalt und damit neuerlichen furchtbaren Erlebnissen zu schützen, muss Gewalthandlungen bestmöglich vorgebeugt und diese müssen im Ernstfall rasch beendet werden. Da bedrohliche Situationen leicht Erinnerungen an frühere Gewalterfahrungen wachrufen, können sie zu unkontrolliert aggressiven Gegenreaktionen führen: Um eine Eskalationsspirale zu vermeiden, müssen frühzeitig deeskalierende Maßnahmen ergriffen und bedrohliche Situationen schnell beendet werden – bei Bedarf sollte Hilfe hinzugezogen werden. Nach einer Gewalthandlung sollte der Aufarbeitung des Vorfalles mit allen Beteiligten besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden (Baierl, 2014).

4. Fördern positiver Erlebnisse

Traumatische Erfahrungen mindern die Fähigkeit, Freude zu empfinden. Neurophysiologisch spiegelt sich dies darin wider, dass die Bereiche verkümmern, die positive Emotionen ermöglichen. Je häufiger es jedoch gelingt, den belastenden Erfahrungen der Vergangenheit freudvolle Erlebnisse entgegenzusetzen, desto stärker wird die Bahnung des positiven Erlebens erneut angeregt (Wöhrlein und Hoffart, 2014).

Dies ist nicht immer leicht, denn gerade Flüchtlingen fällt es häufig schwer, sich auf gute Erlebnisse ein- und positive Emotionen zuzulassen. Freude zu erfahren, etwas zu genießen oder auch persönliche Wünsche und Ziele zu verwirklichen, löst vor dem Hintergrund der Geschehnisse im Herkunftsland und der Sorge um Verwandte und Freunde bei einigen Betroffenen Schuldgefühle aus. Positives Erleben und persönliche Erfolge werden dann als Verrat gegenüber Zurückgebliebenen oder auf der Flucht verunglückten Familienmitgliedern empfunden.

Oft sind Geduld und Einfühlungsvermögen vonnöten, sodass Spaß und Lebensfreude immer wieder intensiv gefördert werden.

5. Berücksichtigen von Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen

Traumatisierte Kinder und Jugendliche haben häufig große Schwierigkeiten, dem Unterricht aufmerksam zu folgen und sich auf die Lerninhalte zu konzentrieren. Vor dem Hintergrund eines dauerhaft erhöhten Stresslevels, innerer Unruhe, Überflutung durch Trauma-Erinnerungen, Müdigkeit und Erschöpfung infolge nächtlicher Schlaflosigkeit, Furcht vor Abschiebung sowie der Sorge um Angehörige ist dies kaum verwunderlich. Wenn Lehrkräften die Ursachen der mangelnden Aufmerksamkeit nicht bewusst sind, kann es schnell zu einer weiteren Überforderung der betroffenen Schülerinnen und Schüler kommen (Baulig, 2002).

Aktivierungs-, Bewegungs- und Wahrnehmungsspiele im Unterricht

Kurze Spielsequenzen im Unterricht sind eine gute Möglichkeit, die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit zu verbessern, Anspannung und Übererregung abzubauen und für Entspannung und Erholung zu sorgen. Zusätzlich machen sie Spaß und stärken das Gruppengefühl. Diese Spiele sollten einfach und verständlich sein, idealerweise ist die gesamte Klasse einbezogen (zum Beispiel Wort- oder Zahlen-Ketten-Spiele). Für Schülerinnen	und Schülern die während des Unterrichts stark unter Trauma-Erinnerungen leiden, sind solche Spielsequenzen zusätzlich eine Hilfe, ihre Aufmerksamkeit weg von den belastenden Erinnerungen und auf das Hier und Jetzt zu richten. Hierfür eignen sich Wahrnehmungsspiele und Spiele, die Bewegung beinhalten besonders gut (zum Beispiel Klatsch- oder Wurfspiele mit einem Softball).
--	---

Hier hilft die Auseinandersetzung mit den Symptomen einer Traumatisierung, sodass Aufmerksamkeits- und Konzentrationsschwächen in der Planung und Gestaltung des Unterrichts ausreichend berücksichtigt werden können. Gut strukturierte Unterrichtsstunden, regelmäßige Wiederholungen, Visualisierungshilfen und nicht zuletzt eine motivierende Vermittlung der Unterrichtsinhalte erleichtern in hohem Maße Lernerfolge.

6. Differenzierter Umgang mit nicht regelkonformem Verhalten

Bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist hinsichtlich nicht regelkonformer Verhaltensweisen zwischen Kontrollverlusten und willkürlichen Grenzüberschreitungen zu unterscheiden (Baierl, 2014): Verhalten, das durch einen Trigger ausgelöst wurde, und Dissoziationen stellen Kontrollverluste dar. In diesen Situationen steuern die betroffenen Kinder und Jugendlichen ihr Handeln nicht und haben somit nicht die Freiheit, anders zu agieren. Kontrollverluste können unterschiedliche Verhaltensweisen beinhalten wie Davonrennen, Schreien, Erstarren, sich auf den Boden werfen, körperliche Angriffe und vieles mehr.

Da die Schülerin oder der Schüler das Verhalten in diesem Fall nicht willentlich steuert, ist es nicht zielführend, in der Situation ein anderes Verhalten zu fordern. Strafen oder Sanktionen können Kontrollverluste sogar verstärken. Dennoch sollten Kontrollverluste nicht ohne Folgen bleiben. Gerade bei fremdaggresivem Verhalten müssen Wege der Entschuldigung und Wiedergutmachung gefunden sowie Verkehrrungen getroffen werden, damit sich alle Beteiligten künftig wieder sicher fühlen.

Es ist wichtig, das Geschehene stets mit den Beteiligten aufzuarbeiten. Die Betroffenen sind in dieser Situation selbst Opfer der Symptome ihrer Traumatisierung. Sie benötigen Unterstützung, um zu lernen, mögliche Kontrollverluste vorherzusehen, und Möglichkeiten zu finden, diesen vorzubeugen. Daher sollte im Rahmen der Aufarbeitung auch darauf geachtet werden, was mögliche Trigger waren und wie diese künftig vermieden werden können.

Selbstverständlich kommt es auch bei traumatisierten und gefährdeten Kindern und Jugendlichen zu willentlichen Fehlverhalten und bewussten Grenzüberschreitungen. In diesem Fall sollten die üblichen pädagogischen Maßnahmen Anwendung finden. Zur Erhöhung der Akzeptanz eines differenzierten Umgangs mit nicht regelkonformem Verhalten kann eine Klärung in der Klassen- oder Schulgemeinschaft hilfreich sein (Baierl, 2014).

7. Kulturelle Sensibilität

Für Schülerinnen und Schüler mit Migrations- beziehungsweise Fluchterfahrung können sich zusätzliche Belastungen ergeben. Dazu gehören beispielsweise ein fehlendes Gefühl der Zugehörigkeit oder Ambivalenzen zwischen den Werten und Normen des Herkunfts- und aufnehmenden Landes (Adam und Inal, 2013; Baierl, 2014).

Zentrales Element der pädagogischen Arbeit mit jungen Flüchtlingen sollte sein, Hilfen zur Orientierung in der neuen Kultur anzubieten und gleichzeitig die Bedeutung der Herkunftskultur zu würdigen (Baierl, 2014). Dadurch kann die Integration in die neue Gesellschaft erleichtert werden. Dazu trägt auch eine positive Haltung gegenüber Heterogenität sowie Bikulturalität bei. Dies unterstützt einen positiven Integrationsprozess im Sinne eines Identitätswandels und hilft, Identitätsprobleme bei jungen Flüchtlingen vorzubeugen (Zimmermann, 2012).

Zusätzlich wird dieser Prozess verstärkt, indem Lehrkräfte aktiv Offenheit und Toleranz unter allen Schülerinnen und Schülern fördern und Diskriminierung vorbeugen.

Kulturelle Missverständnisse (zum Beispiel hinsichtlich als respektvoll erachtetem Verhalten, Interpretation von Körpersprache und Blickkontakt oder Rollenverteilung zwischen Elternhaus und Schule) können zu Verunsicherungen auf beiden Seiten führen. Daher ist es wichtig, dass Lehrkräfte Regeln und Erwartungen erläutern und mit fremd erscheinenden Verhaltensweisen und Unterschieden offen umgehen. Das gilt selbstverständlich nicht nur für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ohnehin ist jedes Kind und jeder Jugendliche anders und stets in seiner Individualität wahrzunehmen.



8. Institutionelle Vernetzung, Austausch und Information

Um betroffene Kinder und Jugendliche bestmöglich zu fördern, sollten Lehrkräfte Strukturen des innerschulischen professionellen Austauschs und der außerschulischen Vernetzung sowie Angebote zur spezifischen Wissensverwertung nutzen können.

Formen des innerschulischen Austauschs sind unter anderem Klassenkonferenzen, kollegiale Reflexion und Fallberatungen. Bei besonderen Herausforderungen bietet die Supervision die Möglichkeit, im Team und unter Anleitung lösungsorientierte Handlungsoptionen zu erarbeiten.

Darüber hinaus sind Kooperationen mit außerschulischen Partnern, Institutionen und anderen Beteiligten zur gemeinsamen Abstimmung hinsichtlich Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten und Weitergabe relevanter Informationen anzustreben. Ansprechpartner können beispielsweise die Schulpsychologie, das Jugendamt oder das Betreuungspersonal von Wohnheimrichtungen sein. Kooperationsstrukturen wie Runde Tische oder Arbeitsgemeinschaften tragen dazu bei, die institutionelle Vernetzung zu festigen und Kommunikationswege zu vereinfachen.

Zusätzlich sollten Lehrkräfte die Möglichkeit erhalten, auf Wunsch an entsprechenden Informationsveranstaltungen und Fortbildungen teilzunehmen, um ihre Kompetenz zu vertiefen, Verhaltensweisen Betroffener angemessen einzuordnen und traumasensible pädagogische Ansätze umzusetzen.



Kapitel IV

Selbstfürsorge

Die pädagogische Arbeit mit Betroffenen kann Fachkräfte in besonderem Maße fordern. Die eigene Selbstfürsorge muss dabei stets im Blick gehalten werden.

Die pädagogische Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen kann sehr belastend sein: Die Konfrontation mit schrecklichen Erlebnissen der Kinder und Jugendlichen in deren Erzählungen und Bildern ist oft schwer zu bewältigen. Manchmal sind auch lediglich die eigenen Vorstellungen dessen, was einzelne Schülerinnen oder Schüler erlebt haben könnten, unerträglich.

Dazu kommen die unter Umständen massiven Belastungsreaktionen traumatisierter Schülerinnen und Schüler, die Lehrkräfte und andere Beteiligte an ihre eigenen Belastungsgrenzen bringen können. Da die betroffenen Kinder und Jugendlichen in ihren Grenzen so schwer verletzt wurden, fehlt ihnen häufig die Wahrnehmung der Grenzen anderer (Baulig, 2002). Wut, Hilfslosigkeit, Hoffnungslosigkeit und Aggressionen der Betroffenen übertragen sich und sind schwer auszuhalten.

Typische Reaktionen, die in der Arbeit mit Flüchtlingen auftreten können, sind tiefe Anteilnahme, ganz besonderes Engagement, aber auch Abwehrreaktionen, Mitgefühlerschöpfung oder Abstumpfung. Zu den Anzeichen einer Überlastung gehören Konzentrations- und Schlafstörungen, anhaltende Erschöpfung, Antriebslosigkeit, Niedergeschlagenheit sowie Gefühle der Ohnmacht, Machtlosigkeit und Überforderung oder auch das Gefühl, nicht mehr abschalten zu können.

Um solchen Belastungserscheinungen vorzubeugen, darf die Selbstfürsorge nicht aus dem Blick geraten. Lehrkräfte sollten regelmäßig Erholungsphasen einplanen und für Entspannung und Ausgleich sorgen (beispielsweise soziale Kontakte im Freundes- und Familienkreis, Freizeitaktivitäten, Sport und Ruhepausen). Selbstwahrnehmung und eine realistische Selbsteinschätzung helfen, Sekundär-Traumatisierung und Burn-out-Syndromen vorzubeugen. Daher sollten Lehrkräfte regelmäßig ihr eigenes Wohlbefinden reflektieren.

Fühlen sie sich überfordert oder beobachten sie Anzeichen psychischer Überlastung, sollte dies ernst genommen und entsprechende Unterstützungsangebote sollten wahrgenommen werden.

Dazu gehören beispielsweise:

- Beratung zur pädagogischen Arbeit mit stark belasteten Kindern und Jugendlichen (beispielsweise durch Schulpsychologie oder Schulsozialarbeit)
- Austausch und Reflexion zu besonderen Herausforderungen im Rahmen kollegialer Beratungen, Intervention oder Supervision/Coaching
- Beratung zum Umgang mit eigenen psychischen Belastungen (zum Beispiel durch Schulpsychologie, Hausärzte, niedergelassenen Fachärzten und Psychotherapeuten)
- Psychotherapie (durch niedergelassenen Fachärzte und Psychotherapeuten)
- Fachliche Beratung zur Unterrichtsgestaltung in Intensivklassen (etwa durch Fachberatungen für Deutsch als Zweitsprache)



Auch die Teilnahme an relevanten Fortbildungen leistet einen wichtigen Beitrag zur Selbstfürsorge, da Kenntnisse in den Bereichen Psychotraumatologie und traumatasensibler Pädagogik Überforderungen der Lehrkräfte vorbeugen, innere Verstrickung reduzieren und die persönliche Abgrenzung erleichtern.



Kapitel V

Exkurs: Notfallübung

Klassische Notfallübungen stellen für einige Schülerinnen und Schüler eine besondere Belastung dar. Eine angepasste Gestaltung der Abläufe kann Abhilfe schaffen.

Notfallübungen zielen gemeinhin darauf ab, Abläufe während eines Ernstfalls kennenzulernen, richtiges Verhalten zu automatisieren und eventuell bestehende Ängste abzubauen.

Für Kinder und Jugendliche, die aus Kriegs- und Krisengebieten flüchten mussten oder die schon einmal Brände oder Unfälle erlebt haben, können solche Übungen jedoch eine außerordentliche Belastung darstellen. Viele der Situationsmerkmale einer Notfallübung bergen das Potenzial, schreckliche Erinnerungen an bereits Erlebtes wachzurufen. Alarmgeräusche, die Atmosphäre der zügigen Gebäuderäumung, Tonalagen der Stimmen der Schülerinnen und Schüler und Lehrkräfte während der Situation oder der Anblick ins Freie drängender Schülermassen sind nur Beispiele für Aspekte, die für Betroffene eine Triggerwirkung haben können. Dies kann intensive Furcht bis hin zu Todesängsten auslösen. Kontrollverlust, Panikreaktionen, Zusammenbrüche können die Folge sein.

Unter den starken Reaktionen der Betroffenen leiden teilweise zusätzlich noch andere Schülerinnen und Schüler, die sich bisweilen von den Zeichen der Angst anstecken lassen.

Das Ziel, durch vorheriges Üben das Erregungsniveau im Ernstfall zu minimieren, wird verfehlt, wenn die Notfallübung für Kinder und Jugendliche Erinnerungen an traumatische Erfahrungen weckt. Im Gegenteil, die Teilnahme an der Übung würde das Erregungsniveau in einem Ernstfall sogar noch zusätzlich erhöhen.

Insofern ist zu empfehlen, Schülerinnen und Schüler, für die die Notfallübung eine besondere Belastung darstellt, von der Teilnahme an dieser zu befreien. Ideal sind Lösungen, die ermöglichen, dass Betroffene sich zum Zeitpunkt der Übung gar nicht im Schulgebäude aufhalten.

Stattdessen sollte über die Abläufe während Notfällen lediglich ausführlich informiert werden. Flucht- und Rettungswegepläne können gezeigt und erläutert werden und die Fluchtwege bis zum Sammelplatz gemeinsam in einer ruhigen und nicht den Ernstfall nachah-

ماذا أفعل إذا نشب حريق؟

محاولة إخماد الحريق

هام: لا تحاول إخماد الحريق إذا كان كبيراً جداً، أو إذا كنت غير متأكد من أنك تستطيع إخماده.

التهرب إلى مكان آمن

1. اترك الأشياء الثقيلة التي قد تعيق مسارك.
2. اذهب إلى المكان الذي تعلم أنه آمن.
3. ابق على مسافة آمنة من الحريق.
4. لا تترك الأشياء الثقيلة التي قد تعيق مسارك.
5. لا تترك الأشياء الثقيلة التي قد تعيق مسارك.

معلومات إضافية:

- 1. اذهب إلى مكان آمن.
- 2. اذهب إلى مكان آمن.
- 3. اذهب إلى مكان آمن.
- 4. اذهب إلى مكان آمن.
- 5. اذهب إلى مكان آمن.

الحفاظ على الهجوء

الإبلاغ عن وجود حريق

اتصل بالرقم 112 للإبلاغ عن الحريق.

اتصل بالرقم 112 للإبلاغ عن الحريق.

اتصل بالرقم 112 للإبلاغ عن الحريق.

Weitere Informationen zu fremdsprachigen Brandschutzplakaten unter mla.universum.de

menden Atmosphäre abgegangen werden. Alarmgeräusche sollten beschrieben, jedoch nicht ausgelöst werden. Empfohlen ist zudem, die Informationen in regelmäßigen Abständen zu wiederholen.

Ist eine Befreiung von der Teilnahme an der Übung nicht möglich, sollten betroffene Schülerinnen und Schüler auf die Übung vorbereitet werden. Dies beinhaltet ausführliche Informationen zu Zweck und Ablauf der Übung und möglichst auch die vorherige Ankündigung des Zeitpunkts der Übung. Einigen Betroffenen hilft es auch, die Fluchtwege zuvor schon einmal mit einer Lehrkraft zu begehen. Hilfreich ist es zudem, wenn zusätzliche Begleitpersonen betroffene Kinder und Jugendliche während und nach der Notfallübung betreuen.

Bei einem Alarm gilt ohnehin immer, dass Lehrkräfte ein besonderes Augenmerk auf Kinder und Jugendliche richten sollten, die erst kurze Zeit in Deutschland sind oder noch geringe Deutschkenntnisse haben. Häufig haben sie in ihren Heimatländern völlig andere Schutzmaßnahmen trainiert wie beispielsweise Kellerräume aufzusuchen oder sich unter einem Tisch zu verstecken.

Materialien zur Brandschutzerziehung werden unter anderem durch Feuerwehrverbände zur Verfügung gestellt.

VI. Anhang

Literatur

- 📄 „Burning Down the House“, Kühn, M., traumapaedagogik.de, 2002.
- 📄 „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-5“, American Psychiatric Association, 2013.
- 📄 „Lehrbuch der Psychotraumatologie“, Fischer, G., Riedesser, P., utb Ernst Reinhardt, 2003.
- 📄 „Migration und Trauma. Pädagogisches Verstehen und Handeln in der Arbeit mit jungen Flüchtlingen“, Zimmermann, D., Psychosozial-Verlag, 2012.
- 📄 „Pädagogische Arbeit mit Migrant*innen- und Flüchtlingskindern. Unterrichtsmodule und psychologische Grundlagen“, Adam, H., Inal, S., Beltz Verlag, 2013.
- 📄 „Prävalenz der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTSD) und Möglichkeiten der Ermittlung in der Asylverfahrenspraxis“, Gäbel, U., Ruf, M., Schauer, M., Odenwald, M., Neuner, F., Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 2006.
- 📄 „Soziale Arbeit mit unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen: Traumapädagogische Konzepte für die Praxis“, Quindau, I., Rautwald, M., Beltz Juventa, 2016.
- 📄 „Traumapädagogik in psychosozialen Handlungsfeldern: Ein Handbuch für Jugendhilfe, Schule und Klinik“, Gahleitner, S., Hensel, T., Bailer, M., Kühn, M., Schmid, M., Vandenhoek & Ruprecht, 2014.
- 📄 „Über die zweiphasige Symptomentwicklung bei traumatischen Neurosen“, Lorenzer, A., H. Thomä, Psyche, 1965.
- 📄 „Wie kann traumatisierten Kindern pädagogisch begegnet werden?“ Baulig, A., traumapaedagogik.de, 2002.

Medien-Tipps

Die folgenden Angebote erscheinen der Redaktion inhaltlich interessant und pädagogisch wertvoll. Dabei kann es sich lediglich um eine Auswahl handeln. Sie finden eine ausführlichere Sammlung online unter mila.universum.de.

DEUTSCH LERNEN

- 📱 German for Refugees (App)
Online-Sprachkurse und Bildwörterbücher, geeignet zum schnellen Spracherwerb.
mila.universum.de/germanforrefugees
- 📱 Hallo! Deutsch für Kinder (App)
Richtet sich vornehmlich an Kinder, die kaum oder gar kein Deutsch sprechen.
mila.universum.de/phases6
- 📺 Selbstlernvideos der Zentrale für Unterrichtsmedien e.V.
Zur Alphabetisierung von Arabisch sprechenden Menschen.
mila.universum.de/zum
- 📄 Deutsch lernen
Angebote (auch Apps) für Geflüchtete jeden Alters vom Goethe Institut.
mila.universum.de/goethei
- 🎧 Grüße aus Deutschland (Podcast)
Sprachkenntnisse und Wissen über Deutsch und Deutschland verbessern. 60 Folgen mit der Möglichkeit, die Sprachmanuskripte als PDF herunterzuladen.
mila.universum.de/goethe2
- 📖 Willkommens ABC (Buch)
Ein Bilder-Wörter-Buch für Flüchtlinge und Helfer – auch als App.
mila.universum.de/abc