

Exkurs: Traumapädagogik

Einführung

Traumapädagogik baut auf eine wertschätzende und verständnisvolle Haltung der Pädagogen auf. Dabei fokussiert sich die Traumapädagogik auf die Ressourcen und die Resilienz der Kinder und Jugendlichen. Die Traumapädagogik postuliert, dass für eine solche Haltung das Wissen um Folgen von Traumatisierung und biographische Belastungen unabdingbar ist.

Fünf Säulen der Traumapädagogik

Im Positionspapier der Bundesarbeitsgemeinschaft Traumapädagogik zu den Standards für traumapädagogische Konzepte in der stationären Kinder und Jugendhilfe werden die fünf Säulen der Traumapädagogik wie folgt beschrieben:

1. Die Annahme des guten Grundes

„Alles was ein Mensch zeigt, macht einen Sinn in seiner Geschichte!“

Viele der Verhaltensweisen, mit denen Flüchtlingsschüler auf Traumatisierungen reagieren, sind für Lehrkräfte und die anderen Kinder und Jugendlichen der Klasse belastend. Dabei geht die notwendige Wertschätzung und Würdigung der Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen als Überlebensstrategien häufig verloren. Würdigung und Wertschätzung dieser notwendig gewordenen Verhaltensweisen sind ein entscheidender erster Schritt, den Kindern und Jugendlichen zu ermöglichen, ihr belastendes Verhalten im Kontext seiner Notwendigkeit zu reflektieren und möglicherweise alternative Verhaltensweisen zu entwickeln:

- *„Du machst das weil, ...?“ „Ich mache das, weil ...!“ „Ich könnte mir vorstellen, Du machst das, weil ...!“*
- *„Ich kann mir vorstellen, das war sehr hilfreich für Dich, um in der Unberechenbarkeit zurechtzukommen/ zu überleben!“*

Aus: *Flucht – Kultur – Trauma. Herausforderungen für Flüchtlinge und Lehrer*, zusammengestellt von Andrea Kerres und Wolfgang Bauhofer.

- *„Wir akzeptieren Dich, Deinen guten Grund und zeigen Dir auch, wenn wir nicht einverstanden sind, mit dem was Du tust.“*

2. Wertschätzung

„Es ist gut so, wie du bist!“

Das intensive und wiederholte Erleben von Hilflosigkeit, Ohnmacht und Willkür führt bei Flüchtlingsschülern dazu, dass sie keinen Sinn und keinen Wert in sich und ihrem Handeln sehen können. Sie übertragen Gefühle, Gedanken und Beziehungsinhalte der traumatisierenden Situationen immer wieder auf aktuelle. Sie müssen die Möglichkeit haben, sich und das, was sie tun, mehr und mehr wieder als wertvoll zu erleben. Dort anzusetzen, wo Stärken vorhanden sind, was gerne gemacht wird, ermöglicht es, sich selbst mit seinen Fähigkeiten zu erleben und selbst schätzen zu lernen. Wichtig dabei ist, dass das die Kinder und Jugendlichen das Geschehen in die eigene Lebensgeschichte einordnen und traumatische Erinnerungsebenen selbst regulieren lernen.

Die traumapädagogische Ansatz zielt auf die Schaffung eines sicheren Rahmens, in dem die entsprechenden Schüler ein positives Selbstbild von sich entwickeln können und es ihnen ermöglicht wird, ihr Selbstwertgefühl und ihr Selbstbewusstsein wachsen zu lassen.

- *„Ich schaue auf das, was Du kannst.“*
- *„Ich achte Deine Grenzen.“*
- *„Ich respektiere Deine bisherigen Lösungsversuche.“*

3. Partizipation

„Ich traue Dir was zu und überfordere Dich nicht!“

Die Teilhabe an der Gestaltung der eigenen Lebensbedingungen zählt zu den wichtigen Einflussfaktoren, die zu seelischer Gesundheit führen. Kinder und Jugendliche bilden eine positive Motivation vor allem dann aus, wenn sie Erfahrungen auf folgenden drei Ebenen machen:

Aus: Flucht – Kultur – Trauma. Herausforderungen für Flüchtlinge und Lehrer, zusammengestellt von Andrea Kerres und Wolfgang Bauhofer.

- Erleben von Autonomie - Ich kann etwas entscheiden.
- Erleben von Kompetenz - Ich kann etwas bewirken.
- Erleben von Zugehörigkeit - Ich gehöre dazu und werde wertgeschätzt.

In ihrem alten Lebensumfeld von Gewalt, Vernachlässigung und/oder Missbrauch haben traumatisierte Kinder und Jugendliche eine extreme, existentielle Form des Kontrollverlustes erfahren. Sie leben in der Erwartung, keinen Einfluss auf sich oder ihr Umfeld zu haben. Ihre Selbstwirksamkeitserwartung ist stark herabgesetzt, teilweise kaum vorhanden.

Gerade für diese Mädchen und Jungen ist es unerlässlich Strukturen und Ansätze zu schaffen, die dem jeweiligen Entwicklungsstand entsprechend, die höchst mögliche Teilhabe gewährleistet:

- *„Ich will wissen, was Du Dir wünschst.“*
- *„Du bist der/die Spezialist/in für Dich.“*
- *„Wir werden gemeinsam eine Lösung finden.“*

4. Transparenz

„Jeder hat jederzeit ein Recht auf Klarheit!“

Kinder und Jugendliche mit belastenden biographischen Erfahrungen haben in der Regel Macht und Hierarchie als etwas Missbräuchliches erlebt. Sie haben einen willkürlichen Umgang mit sichernden Strukturen erfahren. Es ist daher von großer Bedeutung, dass diese Kinder und Jugendlichen einen transparenten verantwortungsvollen Umgang mit Hierarchien, Strukturen und Machtverhältnissen erleben.

Der sichere Ort muss ein Ort der Berechenbarkeit sein und setzt somit ein Gegengewicht zur bisherigen Unberechenbarkeit des Lebensumfeldes. Kinder benötigen

Aus: Flucht – Kultur – Trauma. Herausforderungen für Flüchtlinge und Lehrer, zusammengestellt von Andrea Kerres und Wolfgang Bauhofer.

Erklärungsansätze, die ihr Verhalten positiv und begründend deuten. Kinder können hierdurch eine verstehende Haltung für die vielfach auch von ihnen selbst als negativ empfundene Verhaltensweise entwickeln:

- *„Wir achten alle auf Transparenz in Strukturen und Hierarchien.“*
- *„Du darfst mich immer fragen.“*
- *„Ich erkläre Dir, was, wann, wo und vor allem warum etwas passiert.“*

5. Spaß und Freude

„Viel Freude trägt viel Belastung!“

Psychische Traumata gehen mit extremen Gefühlen der Angst, Ohnmacht, Scham, Trauer, Wut und Ekel einher. Ein erhebliches Ungleichgewicht in der Belastungswaage der Emotionen. Es gilt daher die Freudenseite zu beleben und ihr einen besonderen Schwerpunkt zu geben, um die Belastung und Widerstandsfähigkeit (Resilienz) ins Gleichgewicht zu bringen.

Dieser, die Gesundheit als Prozess verstehende (salutogene), Ansatz bringt Kopf und Körper in positives Erleben, das Lernen und Entwicklung nachhaltig unterstützt. Weiter unterstützt Spaß und Lachen die Serotoninausschüttung und setzt so ein Gegengewicht zur erhöhten Adrenalinausschüttung durch ein erhöhtes Stresslevel, in dem sich traumatisierte Kinder und Jugendliche befinden.

Kinder, die aus traumatisierenden familiären Bezügen kommen, sind in der Regel „Überlebenskünstler“. Sie haben es geschafft, unter massiv vernachlässigenden Bedingungen eine oft beeindruckende Entwicklungsleistung zu vollbringen. Vor diesem Hintergrund erscheint es sinnvoll, die vorhandenen Ressourcen zu stärken und neue Ressourcen zu entdecken.

- *„Wenn wir gemeinsam Spaß haben, erleben wir uns als Gemeinschaft.“*
- *„Ich mach mit Dir auch das, was mir Spaß macht! So steck ich Dich mit meiner Freude an!“*
- *„Wir lachen auch über uns! Das bringt Spaß und Gelassenheit.“*