

KRIEG, FLUCHT UND TRAUMA IM KONTEXT SCHULE – EIN KURZER ORIENTIERUNGSRAHMEN

Sehr geehrte Lehrerinnen und Lehrer,

Krieg und die damit verbundenen essentiellen Bedrohungslagen sowie die daraus resultierenden Konsequenzen schockieren uns alle. Die dramatischen Erlebnisse von Krieg und Flucht belasten betroffene Kinder und Jugendliche in hohem Maße, so dass Lehrkräfte vor neuartigen Herausforderungen im Umgang mit dieser Situation stehen.

Die Lebenssituation der Betroffenen ist dabei u.a. durch folgende Merkmale in besonderer Weise gekennzeichnet:

- Unsichere Zukunftsperspektive
- Verlust von Hab und Gut
- Schwierige Wohn- und Lebensbedingungen verbunden mit Unsicherheit und Kontrollverlust im fremden Umfeld
- Unzureichende Kenntnisse der deutschen Sprache und Kultur
- Sorgen um Familie, Angehörige und Freunde, die noch im Krieg oder auch auf der Flucht sind
- Trauererleben wegen des Verlusts wichtiger Bezugspersonen
- Posttraumatische Belastungsreaktionen aufgrund des Erlebten im Krieg und auf der Flucht

Es ist wichtig, sich im Schulalltag diese Lebensumstände der Betroffenen vor Augen zu führen, denn sie sollten die Haltung im Umgang mit den betroffenen Menschen prägen. Es gilt, dem Belastungserleben der betroffenen Menschen mit Empathie und Sensibilität zu begegnen. Das wird im schulischen Kontext vor allem dann wichtig, wenn aus Sicht der Schule etwas nicht so läuft, wie man sich das vorstellt oder gerne gehabt hätte. Wenn eine Schülerin oder ein Schüler existentielle Sorgen und Ängste tagtäglich begleiten, dann sind alle anderen (auch schulischen) Belange zunächst einmal zweitrangig.

Ein Beispiel zur Illustration: Nehmen wir an, in Ihrer Schule gilt ein grundsätzliches Handy-Verbot, an das sich ein betroffener Schüler absolut nicht halten will. Er schaut regelmäßig auf sein Handy trotz mehrfacher Aufforderung, dieses zu unterlassen. Warum tut er das? Auch wenn es dem Schüler nicht leichtfällt, sich zu öffnen, erzählt er schließlich, er mache sich große Sorgen um seinen älteren Bruder, der nicht mit geflohen ist, sondern sein Heimatland als Soldat verteidigt. Über das Handy können die Brüder Kontakt halten.

Angenommen ein naher Angehöriger von Ihnen muss sich einer schweren Operation im Krankenhaus unterziehen. Sie hoffen sehr, dass alles gut geht. Am Tag der Operation denken Sie immer wieder an den geliebten Menschen. Sie haben Ihr Handy den ganzen Tag im Blick, um sofort die erlösende Nachricht zu erhalten, dass alles gut gegangen und die Operation erfolgreich überstanden ist. Natürlich benutzen Sie Ihr Handy.

Eine Haltung der Empathie und Sensibilität ist eine wesentliche Grundlage und prägt Ihr professionelles Handeln als Lehrkraft-dies gilt in entscheidendem Maße für den Kontakt mit den Betroffenen.

Im Folgenden sind für Sie einige wesentliche Informationen und Hinweise zusammengestellt, wie Sie und andere Bezugspersonen besonders belastete oder traumatisierte Schülerinnen und Schüler dabei unterstützen können, mit dem Erlebten besser umzugehen. Dabei gehen wir im Folgenden auf drei Punkte ein:

- Was ist ein Trauma?
- Welche Verhaltensweisen und Reaktionen können nach einem Trauma oder einem besonders belastenden Ereignis auftreten?
- Wie können Sie Ihre Schülerinnen und Schüler aus pädagogischer Sicht bei der Verarbeitung des Erlebten unterstützen?

1. Was ist ein Trauma?

Ein Trauma ist eine seelische Verletzung und resultiert aus einem Ereignis, das für die betroffene Person so überwältigend und überfordernd war, dass ihre sonst üblichen Bewältigungsmechanismen und -kompetenzen nicht mehr ausreichend waren.

Die Person war diesem Ereignis hilflos und ohnmächtig ausgeliefert, begleitet von extremen Emotionen der Angst und Verzweiflung, so dass der Organismus in einen Notfallmodus wechselt, eine massive (unkontrollierbare) Stressreaktion, die überlebenswichtige Systeme aktiviert (erhöhter Blutdruck, erhöhte Herzfrequenz, schnelle Atmung) und eigentlich dem Schutz und dem Überleben dient und ein Aushalten der extremen Situation ermöglicht.

Bei einer Traumatisierung ändern sich u.a. auch die Gehirnfunktionen, die Informationsverarbeitung läuft nicht so ab, wie das normalerweise in einer unbelasteten, entspannten Situation der Fall ist. Die Erlebnisinhalte werden nicht im Gedächtnisspeicher integriert, sondern wie einzelne Erlebnisfragmente unstrukturiert und unsortiert ohne eine zeitliche und räumliche Einordnung sowie in unterschiedlichen Wahrnehmungsqualitäten gespeichert. Viele Erlebnisinhalte sind daher auch nach dem Ereignis nicht bewusst abrufbar, vielmehr werden sie unkontrolliert wieder aufgerufen – und zwar häufig dann, wenn Ähnlichkeiten zwischen der traumatischen Situation und einer Erlebnisqualität in der Gegenwart bestehen. Man spricht hier von sogenannten Triggern, die dazu führen, dass die traumatische Situation in der Gegenwart und das gesamte Stresserleben oder Teile davon wieder reaktiviert werden. Man kann sich das so vorstellen, dass die Vergangenheit in die Gegenwart der Betroffenen unkontrollierbar eindringt.

Stellen Sie sich eine Situation im Sportunterricht vor. Die Schulklassse spielt Basketball. Plötzlich läuft ein betroffenes Mädchen weinend und völlig aufgelöst, am ganzen Körper zitternd, in die Umkleidekabine. Was ist passiert? Die Farbe Rot des Basketballs fungiert hier als Trigger und führt zu einem für eine außenstehende Person unerklärlichen Verhalten beim Mädchen. Das Mädchen musste im Krieg mit ansehen, wie ein schwerverletzter Mann in einer dramatischen Situation massiv geblutet hat. Die Farbe des Blutes und das Rot des Basketballs bildet sozusagen die Brücke zwischen Vergangenheit und gegenwärtigem Erleben, so dass die Stressreaktion, begleitet von heftigen Emotionen und möglicherweise auch inneren Bildern oder Filmen reaktiviert wird. Das Mädchen ist diesem Mechanismus ausgeliefert, kann ihn sich nicht erklären und auch nicht kontrollieren.

Menschen sind unterschiedlich, das bedeutet auch, dass nicht jedes schwerwiegende Ereignis für jeden Menschen (in gleichem Maße) traumatisierend ist. Nicht das Ereignis selbst macht etwas zum nachhaltig schlimmen Trauma, sondern die Art, wie es verarbeitet wird. Wir kennen zudem die individuellen Hintergründe, Lebensumstände und auch die konkreten Erlebnisse der betroffenen Menschen aus dem Kriegsgebiet nicht. Jede/jeder Betroffene sollte daher individuell in den Blick genommen werden.

Grundsätzlich spielen positive Beziehungen zu anderen Menschen eine zentrale Rolle, in deren Rahmen Betroffene Geduld und Verständnis erfahren. In diesem sicheren Rahmen können die Selbstheilungskräfte gefördert und aktiviert und so das Erlebte sukzessive verarbeitet werden.

2. Welche Verhaltensweisen und Reaktionen können nach einem Trauma oder einem besonders belastenden Ereignis auftreten?

Jeder Mensch verarbeitet solch ein Ereignis auf seine ganz individuelle Art und Weise und wird dafür auch unterschiedlich lange brauchen. Es handelt sich um ein belastendes Erlebnis, das mit den bisherigen Lebenserfahrungen nicht übereinstimmt und für das in vielen Fällen neue Bewältigungsmöglichkeiten aufgebaut werden müssen.

Wichtig ist: In jedem Fall handelt es sich um völlig „normale“ Reaktionen auf ein „unnormales“ (außergewöhnliches) Ereignis! Personen, die mit einem traumatischen Ereignis konfrontiert waren, brauchen Verständnis und Sensibilität durch ihre Mitmenschen. Sie agieren so gut, wie sie es im Rahmen des Erlebten und ihrer persönlichen Möglichkeiten können. Es gibt nach schlimmen Ereignissen kein falsches Erleben.

Das Spektrum an möglichen Reaktionen ist sehr breit, Es lassen sich vier typische Reaktionsmuster unterscheiden, die hier kurz beschrieben sind und unter die sich viele Verhaltensweisen subsumieren lassen:

a) Wiedererleben und Erinnern des Ereignisses

- „Vergangenes“ drängt immer wieder in das „Hier und Jetzt“ ein. Es kommt zu sogenannten Intrusionen, das bedeutet, innere Bilder, Filme oder Sinneseindrücke mit Bezügen zum Erlebten tauchen im Alltag plötzlich auf, oder die Betroffenen haben Alpträume und fühlen sich von den Erinnerungen verfolgt. Diese sind wiederkehrend und drängen sich den Betroffenen auf. Manche berichten, dass sie deshalb das Gefühl haben, verrückt zu sein.
- In diesem Zusammenhang spielen die oben beschriebenen Trigger eine Rolle, die die schlimmen Erinnerungen wieder wachrufen. Die Notfallreaktion wird reaktiviert.
- Dieses Wiedererleben der Situation kann von den Betroffenen nicht kontrolliert werden. Sie erleben Angst, Stress und Hilflosigkeit.

b) Vermeidungsreaktionen

- Zum eigenen Schutz werden mögliche Auslöser, die an das schlimme Ereignis erinnern oder in irgendeiner Weise damit zu tun haben, vermieden. Es geht dabei darum, Ohnmacht und Hilflosigkeit, verbunden mit einem aversiven Stresserleben zu vermeiden und dafür die Kontrolle für das eigene Leben wiederzugewinnen.
- Das kann dazu führen, dass sich Betroffene zurückziehen, für sich sein wollen und vor allem auch nicht über die Erlebnisse sprechen wollen.
- In anderen Fällen kann auch eine Art Überreaktivität als Vermeidungsstrategie beobachtet werden. Die Betroffenen reden in diesem Fall besonders viel, sie umgeben sich mit anderen oder feiern scheinbar ausgelassen.

c) Dissoziieren und Vergessen

- Dissoziation meint Abspaltung des Erlebten; auch das kann als eine Form der Vermeidung verstanden werden.
- Die betroffenen Menschen erleben ein Gefühl der Entfremdung, des Betäubtseins (im wahrsten Sinne des Wortes: Manche berichten von einer reduzierten Schmerzempfindlichkeit) und empfinden eine innere Leere.
- Es kann auch zu Alltagsdissoziationen kommen, die Kinder und Jugendlichen wirken abwesend, schauen ins Leere und können das Unterrichtsgeschehen nicht verfolgen.

- Es kommt zu psychosomatischen Beschwerden wie Kopf- oder Bauchschmerzen. Die Erinnerungen werden sozusagen im Körper gespeichert.
- Einige vergessen die schlimmen Erlebnisse und können sich nicht oder nur in Ausschnitten daran erinnern. Man spricht von Amnesien, und auch das ist ein Selbstschutz, weil man nicht ständig mit den schrecklichen Erlebnissen konfrontiert ist.

d) Übererregtheit

- Die Betroffenen befinden sich in einem Zustand der „Dauer-Alarmbereitschaft“ (Hypervigilanz).
- Es kommt zu inneren Unruhezuständen, zu einer hohen Schreckhaftigkeit, Nervosität und Gereiztheit sowie zu ungewöhnlich aggressivem oder streitsüchtigem Verhalten, das sich auch die Betroffenen selbst häufig nicht erklären können. Sie haben nicht selten Schuldgefühle und sind von sich selbst und ihrem Verhalten enttäuscht.
- Die Aufmerksamkeit ist eingeschränkt, und es kommt zu Konzentrationsproblemen.
- Einige leiden unter Schlafstörungen, sie haben Probleme beim Einschlafen oder Durchschlafen, weil sie „unter Strom stehen“.
- Auch Bluthochdruck oder Herzrhythmusstörungen sind eine mögliche Folge.
- Bei Kindern kann es zum Einkoten oder Einnässen kommen.

Sie sehen, es gibt viele und sehr unterschiedliche Reaktionen auf ein solches Ereignis, die in Kombination, alternativ, im Wechsel und in unterschiedlicher Stärke auftreten können.

Der Bewältigungsprozess verläuft individuell sehr unterschiedlich. Es braucht in jedem Fall Zeit, bis die betroffenen Schülerinnen und Schüler Bewältigungsstrategien aufgebaut, das Erlebte für sich verarbeitet und einen Weg für sich gefunden haben, um mit der Situation umzugehen. Einige schaffen das ohne Unterstützung. Man kann sich diesen Vorgang wie einen Heilungsprozess nach einer körperlichen Verletzung vorstellen. Die Verletzung heilt aufgrund der Selbstheilungskräfte des Körpers aus. Es braucht nur seine Zeit. Andere Betroffene brauchen eine Beratung oder auch eine psychotherapeutische Begleitung, um diese Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

nicht alle Kinder und Jugendlichen entwickeln nach Kriegserlebnissen automatisch eine posttraumatische Belastungsstörung. Die Studienergebnisse sind hier sehr unterschiedlich. Für den Schulkontext ist wichtig, den Menschen individuell in den Blick zu nehmen, um bestmöglich helfen und unterstützen zu können. Gegebenenfalls muss auf dieser Basis externe professionelle Expertise und Unterstützung hinzugezogen werden.

3. Wie können Sie Ihre Schülerinnen und Schüler aus pädagogischer Sicht bei der Verarbeitung des Erlebten unterstützen?

Schule ist immer auch als sozialer Raum zu verstehen. Alle Kinder und Jugendlichen verbringen einen großen Teil ihrer Zeit in der Schule, daher ist es grundsätzlich von hoher Bedeutung, diese Lebenswelt bewusst zu gestalten. Hierzu gehören auch bewertungsfreie Zeiten, um Raum für die Förderung der individuellen Persönlichkeitsentwicklung zu schaffen und um soziale Kompetenzen nachhaltig zu fördern. Der schulische Rahmen bietet vor diesem Hintergrund sehr gute Möglichkeiten und Ressourcen, um auch die besonders betroffenen und traumatisierten Schülerinnen und Schüler zu unterstützen. Schule kann hier einen wichtigen Beitrag leisten.

a) Schule als sicherer Ort

Das Leitmotiv pädagogischen Handelns, um den besonders betroffenen Kindern und Jugendlichen zu helfen, kann heißen: Schule als sicherer Ort.

Es geht darum, den Menschen, die Schlimmes im Krieg und auch auf der Flucht erfahren haben, einen sicheren äußeren Rahmen zu bieten, in dem ihnen Orientierung, Struktur und vielleicht ein kleines Stück Normalität zur Verfügung gestellt werden kann. Diese Aspekte und alle Aktivitäten, die in der Schule dazu beitragen, Halt und Orientierung zu vermitteln, sollten im Mittelpunkt der pädagogischen Arbeit mit den Betroffenen stehen. Gleichzeitig muss den Betroffenen auch Raum für die individuellen Bedürfnisse und Wünsche gegeben werden, um sie dabei zu unterstützen, das Erlebte zu verarbeiten und mit ihren Emotionen umzugehen.

Es geht hier nicht um Mitleid, sondern um Mitgefühl. In diesem sicheren Rahmen mit stabilen Bezugspersonen können die Selbstheilungskräfte gefördert, Bewältigungsressourcen aktiviert und so das Erlebte sukzessive verarbeitet werden. Das benötigt Zeit und Geduld.

b) Etablierung einer Willkommenskultur

In einem ersten Schritt geht es darum, den betroffenen Kindern und Jugendlichen ein Gefühl des Willkommenseins zu vermitteln und sie in die Schulgemeinschaft aufzunehmen. Es geht hier darum, ihnen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sowie feste Bezugspersonen (z.B. die Klassenleitung oder auch eine Schülerin/einen Schüler als Patin/Pate) zur Seite zu stellen, an die sie sich bei Bedarf wenden können und durch die sie gerade in den ersten Wochen begleitet werden. Wichtige Räumlichkeiten sollten vorgestellt und typische Abläufe erläutert werden.

Es hat sich gezeigt, dass alles das, was eine gute inklusive Schule ausmacht, hilfreich zur Stabilisierung und Begleitung von besonders belasteten Kindern und Jugendlichen ist. Ein Klima der Wertschätzung von Heterogenität, der Förderung von Sensibilität und Toleranz für einen achtsamen Umgang miteinander, ein Klima, in dem alle an Schule Beteiligten ihr kulturelles Interesse füreinander zum Ausdruck bringen und in dem auch die unterschiedlichen Kulturen Unterrichtsgegenstand sind, bildet ein wichtiges Fundament für ein gelingendes Miteinander, von dem alle profitieren.

Ein wichtiger Baustein ist hier auch eine ressourcen- und kompetenzorientierte Elternarbeit, durch die auch die Eltern in die schulischen Belange einbezogen werden und damit das Schulleben positiv beeinflussen und die Schulgemeinschaft bereichern können.

c) Orientierung und Zugehörigkeit

Im schulischen Alltag geht es um eine optimale Balance zwischen Struktur und Orientierung einerseits und einem Raum für individuelle Bedürfnisse andererseits.

Gerade in Schule kann das Erleben von Zusammengehörigkeit, Verbundenheit und sozialer Unterstützung im Klassenverband sehr gut gelingen, und gleichzeitig sind Regeln und Rituale im Klassenraum sowie der Stundenplan als Strukturelemente in schulischen Abläufen stabil verankert. Beide Aspekte sind wichtige Schutzfaktoren und wichtige Bestandteile eines resilienten Umgangs mit Stress und Belastung.

Es entsteht eine Verlässlichkeit und Transparenz in der Gestaltung des Alltags, wodurch die Betroffenen nach und nach wieder ein Kontrollerleben aufbauen können. Durch die Beteiligung und Einbindung in die schulischen Prozesse entsteht allmählich wieder ein Gefühl des „Ich kann etwas bewegen“.

d) Schaffen von Gesprächsräumen

Menschen reagieren auf eine belastende Situation sehr unterschiedlich, daher können auch die Bedürfnisse Ihrer betroffenen Schülerinnen und Schüler sehr unterschiedlich sein. Hier können Sie für sie Ansprechpartnerin/Ansprechpartner und Vertrauensperson sein, indem Sie signalisieren, dass Sie für die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler ein offenes Ohr haben und diese bei Bedarf auf Sie zukommen können.

Wenn Schülerinnen und Schüler mit dem Geschehen und den damit verbundenen Emotionen nicht mehr alleine zurechtkommen, wenden sie sich mitunter auch an Lehrkräfte. Sie hoffen dann auf Verständnis für ihre Situation und versprechen sich Hilfe. Dies ist ein großer Vertrauensbeweis, der manche Lehrperson anfangs verunsichern oder gar unter Druck setzen kann. Was kann da offenbart werden? Bin ich überhaupt die richtige Ansprechperson? Kann ich hierbei auch wirklich helfen? Was ist, wenn ich selbst nicht die passende Lösung habe? Solche oder ähnliche Fragen kommen Ihnen dabei vielleicht in den Sinn.

Häufig sind bereits „kleine Dinge“ wirksam: Interesse, Anteilnahme, das Erleben, dass es jemanden gibt, der den jungen Menschen in seinen Nöten wahrnimmt, (aktives) Zuhören und dass sich jemand Zeit nimmt für ein Gespräch. Es geht um eine wertschätzende Haltung, die geprägt ist von Respekt und dem aufrichtigen Interesse am anderen Menschen und die sich in ungeteilter Aufmerksamkeit für diesen Menschen äußert.

Lehrkräfte können und sollen hier nur ihre Bereitschaft signalisieren, als Vertrauensperson zur Verfügung zu stehen. Die Kinder und Jugendlichen entscheiden letztendlich selbst, wann sie wem was und wie detailliert erzählen möchten.

Zudem können organisatorische Strukturen innerhalb der Schule hilfreiche „Sprachräume“ bieten: Dies sind beispielsweise Sprechzimmer für vertrauliche Gespräche, Gesprächsnischen bzw. -inseln, Ansprechpersonen für Schülerinnen und Schüler mit festen Sprechzeiten (Vertrauenslehrkräfte, Schulsozialarbeit ...).

e) Emotionale Stabilisierung

Mit Kindern und Jugendlichen ins Gespräch zu kommen, die sehr belastende oder gar traumatisierende Erfahrungen gemacht haben, stellt für Pädagoginnen und Pädagogen oft eine große Herausforderung dar. Es stellen sich folgende Fragen: Wie finde ich angemessene Worte? Wann ist der richtige Zeitpunkt für ein Gesprächsangebot? Wie gehe ich mit möglicherweise starken Emotionen um – bei meinem Gegenüber und bei mir selbst?

Diese oder ähnliche Fragen werden Sie vermutlich beschäftigen oder vielleicht verunsichern. Für eine erste Kontaktaufnahme benötigen Sie jedoch weder eine spezifische Kommunikationsschulung noch therapeutische Fachexpertise.

■ Sensibel zuhören

Das Wesentliche tragen Sie in sich: ein sensibles Wahrnehmen des Individuums, die Bereitschaft zuzuhören und für den anderen Menschen da zu sein sowie den Mut, sich auf das Gegenüber einzulassen.

■ Offenheit und Ruhe ausstrahlen

Emotional belastete Schülerinnen und Schüler wenden sich bevorzugt an Lehrkräfte, zu denen sie Vertrauen haben und von denen sie sich verstanden fühlen. Für Sie als Lehrkraft bedeutet dies: Begegnen Sie der bzw. dem Betroffenen offen, werten Sie nicht, versuchen Sie ruhig zu bleiben und dies auch auszustrahlen. In den überwiegenden Fällen muss nicht direkt (re)agiert werden. Es bleibt in der Regel immer ausreichend Zeit, nach geeigneten Unterstützungsmöglichkeiten zu schauen und mit Ruhe weitere Maßnahmen in die Wege zu leiten.

■ Unterstützung anbieten

Wenn die Kontaktaufnahme nicht auf Initiative des jungen Menschen geschieht, sondern

Sie als Lehrkraft etwas beobachtet haben, das Sie ansprechen bzw. bei dem Sie der bzw. dem Jugendlichen Unterstützung anbieten möchten, so können Sie ein Vier-Augen-Gespräch anbieten. Sätze wie „In letzter Zeit ist mir aufgefallen, dass ...“, „Ich möchte gerne mit dir sprechen, weil ...“, „Ich mache mir Sorgen um dich“, „Ich habe gehört/gesehen, dass ...“ können dafür ein Einstieg sein.

■ **Zeit reservieren**

Planen Sie sicherheitshalber ausreichend Zeit ein: Es wäre ungünstig, wenn die angesprochene Person auf Ihr Gesprächsangebot eingeht, sich gerade öffnet und Sie das Gespräch wegen eines Anschlusstermins abrupt beenden müssten.

■ **Ablehnung akzeptieren**

Weisen Sie auch darauf hin, dass das Gespräch freiwillig ist und akzeptieren Sie, wenn Ihr Gegenüber aktuell nicht darüber reden möchte. Vielleicht kommt sie bzw. er zu einem späteren Zeitpunkt auf Ihr Angebot zurück.

■ **Da sein, zuhören und verstehen**

Junge Menschen sind von belastenden Ereignissen häufig überwältigt und insbesondere jüngere Kinder finden nicht immer die passenden Worte, ihr Erleben zu beschreiben. Für die Lehrkraft bedeutet dies: Da sein und zuhören! Halten Sie Gesprächspausen aus! So können die Betroffenen ihre Gedanken ordnen, über das Gesagte nachdenken und in ihrer Schilderung fortfahren. Nehmen Sie eine fragende und wertschätzende, keinesfalls eine wissende oder wertende Haltung ein. Lassen Sie auch unerwartete Verhaltensweisen der Schülerinnen und Schüler zu – gegebenenfalls können Sie nachfragen. Verstehen heißt nicht zwangsläufig einverstanden sein.

■ **Halt und Orientierung bieten**

Die Kinder und Jugendliche erwarten in der Regel keine unmittelbare Lösung für ihre Lage. Dies mag für Sie gelegentlich schwer auszuhalten sein, ebenso wie der Umstand, dass manche schwierigen Situationen vorerst nicht zu ändern sind. Gerade in Phasen persönlicher Krisen nach so schwerwiegenden Erlebnissen wie Krieg und Flucht gerät für Betroffene vieles aus den Fugen. Insbesondere dann sind Vertrauenspersonen und feste Bezugspunkte wichtig, um Halt, Orientierung und Kontinuität zu geben.

■ **Nonverbale Kommunikation nutzen**

Anteilnahme, Mitgefühl und Unterstützung werden nicht nur mittels Sprache, sondern auch durch Gestik, Mimik und Körpersprache mitgeteilt. Die Kommunikations- und Kooperationsbereitschaft kann im direkten Kontakt mit dem Betroffenen z.B. durch einen offenen, stabilen Blickkontakt mit einer freundlichen Mimik sowie einer zugewandten, offenen Körperhaltung signalisiert werden. Gerade im Beziehungsaufbau kommt der nonverbalen Kommunikation eine sehr wichtige Funktion zu. Und auch mit symbolischen Handlungen (z.B. Entzünden einer Kerze) und gemeinsam praktizierten kreativen Ausdrucksformen (Malen, Schreiben, Singen oder Musikhören etc.) können Emotionen und Gedanken Ausdruck verliehen werden.

■ **Keine falschen Zusagen machen**

Unabhängig davon, wie intensiv Sie selbst in das Gespräch einsteigen oder wie privat die Informationen sind, die die betroffene Person mit Ihnen teilt, machen Sie keine Zusagen, die Sie nicht einhalten können. Sobald es beispielsweise um eine akute Selbst- oder Fremdgefährdung geht, sind Sie verpflichtet, dies weiterzugeben. Machen Sie das der bzw. dem Jugendlichen gegenüber transparent.

■ **Wertschätzung und Empathie zeigen**

Vermeiden Sie einen schnellen und leeren Trost („Das wird schon wieder“) und ein Herunterspielen des Problems. Drücken Sie Wertschätzung, Echtheit, empathisches Verstehen aus und seien Sie authentisch.

Für nicht wenige Lehrkräfte stellt die Situation wahrscheinlich eine Herausforderung dar, gleichzeitig verfügen sie über breite pädagogische Expertise, Kompetenz und Erfahrung.

Hierbei spielen innerschulische kollegiale Vernetzungsstrukturen, z.B. der Austausch und die Multiplikation von Unterrichtsmaterialien oder die kollegiale Fallarbeit, sowie auch die Vernetzungsstrukturen zu externen Unterstützungsinstitutionen eine wichtige Rolle, die ein professionelles pädagogisches Handeln unterstützen und fördern.

Es ist eine wichtige Lernerfahrung aus der Flüchtlingsbewegung in 2015, dass Lehrkräfte auch sich selbst im Sinne einer guten Selbstfürsorge im Blick behalten müssen und ihre individuellen Grenzen erkennen sollten. Viele Lehrkräfte haben sich hier sehr engagiert und haben Dinge in einem Maß geleistet, das über die klassische Rolle einer Lehrkraft hinausging. Damit sind einige auch an persönliche Belastungsgrenzen gestoßen.

Gelegentlich stellt es eine Herausforderung für die Helferinnen und Helfer dar, selbst in Balance zu bleiben, insbesondere dann, wenn sie Dinge erfahren, die jenseits der eigenen Lebenswirklichkeit und vielleicht auch Vorstellungskraft sind. Gerade auch in diesem Zusammenhang ist die kollegiale Unterstützung und der kollegiale Austausch im Kollegium eine wichtige Ressource. Gegebenenfalls bietet es sich auch an, auf externe qualifizierte Unterstützung beispielsweise in Form supervisorischer Angebote zurückzugreifen.