

Merkblatt
für den stabilisierenden Umgang
mit traumatisierten Schülerinnen und Schülern (SuS)

Entwickeln Sie eine verständnisvolle Grundhaltung gegenüber dem Symptomverhalten!

Erinnere: Symptome haben einen guten Grund! Zu einem anderen Zeitpunkt waren sie hilfreich und werden dadurch „automatisiert“ vom Organismus abgerufen!
Grundlage der Symptome ist ein Notzustand – die SuS brauchen Unterstützung und Hilfe.
Die SuS nehmen Ihre verständnisvolle und wohlwollende Haltung wahr, auch wenn das nicht direkt erkennbar ist!

Messen Sie Ihrem Beziehungsangebot als Lehrkraft viel Bedeutung zu und seien Sie sich diesbezüglich selbst und den SuS gegenüber sehr wertschätzend!

Erinnere: Menschen brauchen Beziehungen, um sich selbst zu erfahren, sich wahrzunehmen und sich sicher zu fühlen! Und traumatisierte SuS brauchen wohlwollende, respektvolle und helfende Beziehungen.

Informieren Sie die SuS ausführlich und wiederholt über alle Personen, Aufgaben, Abläufe und Regeln sowie über eventuell auftretende Veränderungen dieser!

Erinnere: Informationen schaffen Vorhersagbarkeiten und diese mindern Stress. Durch Informationsgabe kann Gefühlen von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein entgegengewirkt werden.

Sorgen Sie für Transparenz und Zuverlässigkeit im Kontakt, im Klassensetting und in allen schulischen Abläufen!

Erinnere: Klarheit und Offenheit im zwischenmenschlichen Umgang und in der Umgebung unterstützen das Gefühl von Sicherheit. Diffusen oder vagen Stimmungen und Signalen kann damit vorgebeugt werden.

Räumen Sie den SuS Möglichkeiten der Kontrolle über die Zuhilfenahme von Personen, Absprachen, Gegenständen und Hilfsmitteln sowie über die Identifikation von Triggern ein!

Erinnere: Traumatische Erfahrungen sind zentral gekennzeichnet durch das Erleben eines umfassenden Kontrollverlustes. Das Einräumen von Kontrollelementen schafft einen deutlichen Kontrast zu der traumatischen Erfahrung und beugt Ohnmachts- und Hilflosigkeitsgefühlen vor.

Und ganz wichtig: Achten Sie auf Ihr eigenes Belastungsniveau und sorgen Sie fürsorglich für sich selbst!

Erinnere: Der helfende Umgang mit traumatisierten SuS erfordert den Aufbau einer Beziehung mit hoher professioneller Nähe bei gleichzeitig kontrollierter innerer Distanz zum Traugeschehen. Das kann innerpsychisch einen sehr großen Kraftaufwand bedeuten. Achten Sie daher gut auf Ihre Selbstfürsorge!