

Schaffhausen, 30. Mai 2022

## **Ein Leitfaden für den Umgang mit geflüchteten traumatisierten Kindern und Jugendlichen in der Schule**

### **Einleitung**

Der Krieg in der Ukraine und in anderen Ländern treibt viele Menschen in die Flucht. In der Schweiz angekommen, werden Kinder und Jugendliche möglichst schnell in die bestehenden Strukturen integriert, so auch in die Schulen der Gemeinden des Kantons Schaffhausen. Aufgrund schrecklicher Ereignisse und der starken psychischen Belastung, die die Flüchtlinge bei der Migration durch ein Land im Krieg und über mehrere Grenzen erlebten, haben viele der ankommenden Menschen traumatisierende Erfahrungen gemacht.

Der vorliegende Leitfaden soll Lehr- und Fachpersonen einerseits dabei helfen, Symptome einer Traumatisierung einzuordnen und andererseits im Umgang mit den neuen Schülerinnen und Schülern ein Mass an Sicherheit vermitteln, so dass diese gut im neuen Schulalltag begleitet werden können. Zwecks Überschaubarkeit und um den Fokus auf praxisrelevante Aspekte zu richten, deckt der Leitfaden nicht jede Erscheinungsform einer trauma-assoziierten Symptomatik ab.

So individuell die Verarbeitung traumatisierender Erfahrungen vonstattengeht, so individuell sind im Einzelfall die Bedürfnisse und die Wirksamkeit unterstützender Massnahmen. Auf der Interventionsebene werden darum einige zentrale Punkte erwähnt, die in der praktischen Umsetzung im Zusammenspiel mit Erfahrung und Kreativität der Lehr- und Fachpersonen, sowie der Unterstützung durch das Kollegium zum Tragen kommen werden. Besteht ein Bedarf für eine erweiterte Einschätzung der Situation einzelner Schülerinnen und Schüler, stehen die Mitarbeitenden der Abteilung Schulische Abklärung und Beratung zur Verfügung.

Die folgenden Ausführungen beziehen sich zwar speziell auf die Betroffenen der aktuellen Lage, gelten aber weitgehend auch ganz allgemein bezüglich der schulischen Integration von Flüchtlingen und, je nach persönlicher Vorgeschichte, auch bei Direktintegrationen ohne offiziellen Flüchtlingsstatus.

## Was ist ein Trauma?

Analog zur medizinischen Verwendung des Begriffs *Trauma*, handelt es sich im aktuellen Kontext um eine psychische und seelische Verletzung, die durch die belastende Erfahrung einer existenziellen Bedrohung verursacht wurde und dabei ein tiefgreifendes Gefühl der Verzweiflung und Hilflosigkeit auslöst. Dabei kann der betroffene Mensch als Zeuge oder durch Schilderung mit einem Ereignis konfrontiert worden sein. Diese Extremlast überfordert das Bewältigungssystem des Betroffenen.

Zunächst ist es wichtig zu verstehen, dass Kinder und Jugendliche, die traumatisierende Erfahrungen gemacht haben, nicht zwingend eine Traumafolgestörung entwickeln. Dies weil der Umgang mit dem Erlebten sehr individuell geschieht, wobei verschiedene Bewältigungsstrategien und Regulationsmechanismen dabei helfen, Erfahrenes erfolgreich zu verarbeiten. Akute Belastungsreaktionen in den ersten Stunden, Tagen, aber manchmal auch Wochen nach einem traumatisierenden Erlebnis sind normal. Folgende typischen Reaktionen sind Begleitsymptome der mentalen Verarbeitung des Erlebten<sup>1</sup>: Körperliche Unruhe, Gereiztheit, Hyperaktivität, Rückzug, Anspannung, Konzentrationsprobleme und Schlaflosigkeit.

Von einer Traumafolgestörung spricht man erst dann, wenn diese Reaktionen über mehr als vier Wochen fortbestehen, über einen längeren Zeitraum anhalten und sich damit ein chronischer Verlauf abzeichnet. In den ersten Monaten kann sich eine Belastungsstörung durchaus noch spontan zurückbilden, was stark von inneren (Resilienz, Sicherheitsempfinden) aber auch äusseren Faktoren (Strukturen, Beziehungen) abhängt.

Was das Denken und Handeln von Betroffenen anbelangt, stehen im Fall einer anhaltenden Symptomatik folgende Hauptmerkmale für das Störungsverständnis im Zentrum: Erinnerungen an traumatische Erfahrungen tauchen wiederholt und unkontrolliert auf und halten sich im Bewusstsein, was zu grossen Ängsten und Verzweiflung führen kann. Auslösende Reize, die für das Umfeld der betroffenen Kinder und Jugendliche schwer zu identifizieren sind, aber auch spezifische Emotionen können das Wiedererinnern triggern. Aufgrund der chronischen emotionalen Belastung haben Betroffene häufig abwertende Gedanken über sich selber, die Welt und ihre Zukunft. Weil das Wiedererinnern an sich sehr belastend ist, wird versucht alles zu vermeiden und zu vergessen, was im Zusammenhang mit dem Erlebten steht. Da dies aber meistens nicht funktioniert - auch ganz alltägliche Situationen, Gespräche, Begegnungen, aber auch sensorische Reize können zu Wiedererinnerungen führen -, zeigen die Betroffenen zum Selbstschutz häufig zunehmendes Rückzugsverhalten sowohl im schulischen, als auch im privaten Umfeld. Da soziale Vermeidung kurzfristig den emotionalen Druck lindert, steigt mit jeder Vermeidung die Wahrscheinlichkeit, dass die Betroffenen auch in naher Zukunft die Option des Rückzugs wählen werden.

Ein weiterer Abwehrmechanismus, wie sich der Mensch vor massiven psychischen Belastungen schützt, ist die sogenannte Dissoziation. Darunter versteht man das Zerfallen von psychischen Funktionen; wobei die Funktionen der Wahrnehmung, des Bewusstseins, der Identität und des Gedächtnisses betroffen sein können. Emotionen und Empfindungen werden dabei automatisch unterdrückt, da sie zu bedrohlich sein könnten. Insbesondere bei erneuter Gefahr, oder

<sup>1</sup> Mit der vom Bund initiierten beschleunigten Integration von ukrainischen Flüchtlingen gemäss Schutzstatus S, können sich Schülerinnen und Schüler beim Eintritt in die Schule noch in einer frühen Verarbeitungsphase von traumatisierenden Erfahrungen befinden. Damit steigt also die Wahrscheinlichkeit, dass die beschriebenen Belastungsreaktionen im Alltag auftreten, da ukrainische Kinder und Jugendliche - im Vergleich zum bisherigen Prozess bis zur schulischen Direktintegration - schneller in die Schulsysteme integriert werden.

Situationen, die den traumatischen Erlebnisse ähnlich sein, reagiert der Körper auf diese Weise. Im Gehirn passiert bei einer Dissoziation im Prinzip das Gegenteil, wie bei einer Wiedererinnerung: Hoch aktive Hirnregionen, die im Zustand der Wiedererinnerung den Zugang zum bewussten Erleben von Emotionen und zum Speicher der Gedächtnisinhalte schaffen, werden im dissoziativen Zustand durch eine Reduktion der lokalen Blutversorgung unteraktiviert und damit gehemmt. Bei Betroffenen verändert sich also der Gehirnstoffwechsel, was bei einer Chronifizierung zu einer nachhaltigen Entkopplung der eigenen Gefühle führen kann. Der Effekt der Dissoziation lässt sich gut als Bild einer emotionalen Taubheit vorstellen - während einer Akutphase *hören* dabei die Betroffenen ihre eigenen Gefühle nicht mehr und wirken abwesend, apathisch oder sehr gereizt und angespannt und sind dabei kaum ansprechbar.

### **Wie geht man damit um?**

Für alle Menschen, die traumatisierende Erfahrungen gemacht haben, ist es für eine gute Entwicklung essentiell, dass sie sich so schnell wie möglich wieder selbstwirksam und damit handlungsfähig erleben. Gefühle der Hilflosigkeit und des Ausgeliefert-Seins führen zu Überforderung, Verzweiflung, Ärger und Passivität.

Die schulische Integration von geflüchteten Kindern und Jugendlichen gelingt am besten, wenn sie die üblichen Anforderungen des Schulalltags erleben und dabei die Schule als sicheren Ort mit einem ruhigen, verlässlichen und vorhersagbaren Rahmen erfahren. Das Erreichen von Lernzielen hat in der Anfangsphase einen völlig untergeordneten Stellenwert und kann zu einem späteren Zeitpunkt zusammen mit den Eltern, respektive den erziehungsberechtigten Bezugspersonen, thematisiert werden. Das primäre Ziel der Integration besteht zunächst darin, dass sich die Schülerinnen und Schüler als Teil einer neuen Gemeinschaft erleben können - und dabei spielt das schulische Umfeld, respektive die Klasse, eine absolut zentrale Rolle. Die Lehrpersonen sind darum bemüht, einen offenen und wohlwollenden Rahmen im Klassenverband zu schaffen, damit die neuen Kinder und Jugendlichen gut aufgenommen und möglichst schnell sozialen Anschluss finden. Insofern hat ein kompetenter Umgang bei der schulischen Integration von Flüchtlingen einen nicht zu unterschätzenden präventiven Wert: Eine gute soziale Integration wirkt sich erwiesenermaßen günstig auf den Verlauf akuter Belastungsreaktionen aus und verringert damit das Risiko einer Traumafolgestörung.

Lehrpersonen sind keine Psychotherapeuten/innen. Im Rahmen des Berufsauftrags braucht es deshalb die Bereitschaft, seine eigenen Kompetenzen zu erweitern, damit man sich auf die Verhaltensweisen von betroffenen Schülerinnen und Schülern einlassen und entsprechend reagieren kann. Überfordernde Situationen können aber vorkommen. Deshalb ist es wichtig, dass sich die Lehrpersonen Sorge tragen, kollegiale Beratung und bei Bedarf ein Coaching/Supervisions-Angebot in Anspruch nehmen.

Da sich Flüchtlingskinder plötzlich in einer fremden Welt wiederfinden, in der sie die Sprache nicht sprechen und nur wenige Bezugspersonen dabei haben, spielt die Beziehung zu Lehrpersonen bei der Integration eine entscheidende Rolle: Aus der Resilienzforschung ist bekannt, dass stabile Bezugspersonen, die ein sicheres Bindungsmuster etablieren können, ein ganz entscheidender Schutzfaktor darstellen. Mütter und Väter haben häufig selber traumatisierende Erfahrungen gemacht, weshalb sie ihre Kinder in ihrer Entwicklung entsprechend wenig unterstützen können. Die zuständige Lehrperson soll also als Vertrauensperson auftreten, die den neuen Schülerinnen und Schülern wertschätzend und

konsequent mit einer helfenden Grundhaltung gegenübertritt. Für die Betroffenen ist es wichtig, vom Gegenüber Fürsorge, Mitgefühl und Verständnis zu erfahren.

Bei der Verarbeitung traumatisierender Erlebnisse ist es sehr wichtig, dass die Kontrolle immer den Betroffenen überlassen wird. Das heisst, Lehrpersonen sollen keinesfalls von sich aus die Flucht, oder die damit zusammenhängenden Erlebnisse und Gefühle thematisieren, da das Wiedererinnern zu einer emotionalen Überforderung im Sinne einer Retraumatisierung führen und beschriebene Belastungsreaktionen auslösen kann. Möchte sich das Kind auf seine Weise zu den Erlebnissen äussern, soll sich die Lehrperson in einem sicheren Rahmen Zeit dafür nehmen.

Traumatisierte Menschen zeigen häufig Schwierigkeiten, den Fokus aufrechtzuhalten und sich zu konzentrieren. Oft leiden sie an Schlafstörungen, was die aktive Partizipation von Kindern und Jugendlichen im Schulalltag zusätzlich erschwert. Integrierte Flüchtlinge sollen daher einen Sitzplatz in der Nähe der Lehrperson zugewiesen bekommen. So kann man ihnen mit verhältnismässig geringem Aufwand regelmässige zusätzliche Strukturierung und Unterstützung von aussen geben, bis die Aufträge verstanden werden.

Die Leistungsfähigkeit der Lern- und Gedächtnisfunktionen von traumatisierten Schülerinnen und Schülern entspricht oft nicht ihrem eigentlichen Potential. Daher sind selbst jene mit einem starken intellektuellen Potential häufig langsamere Lerner als ihre Klassenkameraden und brauchen deshalb mehr Zeit, mehr Wiederholungen, praktisches Anschauungsmaterial und konkrete Bezüge beim Erwerb neuer Lerninhalte.

Beobachten Lehrpersonen bei einem ihrer Schülerinnen und Schüler einen dissoziativen Zustand (erstarren oder agitiertes Verhalten, nicht ansprechbar sein), versucht man durch verschiedene Angebote von aussen Gegenwartsbezüge herzustellen: Es soll Orientierung und Sicherheit vermittelt werden, indem man auf das Kind zugeht, dabei ruhig und deutlich in einfachen Sätzen spricht, ihm sagt wer es ist, wo es sich befindet und betont, dass es sich an einem sicheren Ort befindet. Einfache Hilfsmittel wie der Einsatz von Stressbällen oder einem Gummiband am Handgelenk können dabei helfen, Spannungen vorzubeugen und abzubauen.

Kinder und Jugendliche, die traumatisierende Erfahrungen gemacht haben, zeigen oft nicht ihrem Alter entsprechende Kompetenzen in der Verhaltensregulation. Aufgrund der intensiven Erlebnisse und den damit verbundenen Emotionen und Bedürfnisse befinden sie sich daher gehäuft in einer regressiven Entwicklungsphase. In Stresssituationen zeigen die Betroffenen deshalb eine verminderte Frustrationstoleranz und in der Folge möglicherweise impulsiv-aggressive Verhaltensweisen, die in der Klasse und auf dem Schulareal für Unruhe sorgen können. Präventiv sollen deshalb Rückzugsmöglichkeiten eingerichtet und der Umgang mit Gewalt, Wut und anderen starken Emotionen thematisiert werden. Weiter kann im Sinne der Prävention die schulische Integration eines Flüchtlingskindes sehr gut als Anlass genutzt werden, diese Themen ganz allgemein und nicht in Bezug auf bestimmte Ereignisse zu besprechen. Situationen, in denen es zu Schwierigkeiten gekommen ist, werden durch die zuständigen Lehrpersonen mit den betroffenen Schülerinnen und Schülern, den Eltern und allenfalls unter Einbezug der Schulsozialarbeit sowie einer Fachperson für interkulturelle Übersetzung, nachbesprochen.

Kriegerische Handlungen zu erleben oder sich in nächster Umgebung davon aufzuhalten, nicht zu wissen, wer auf seiner eigenen Seite steht und Abhängigkeiten einzugehen, die eine Flucht ermöglichen, intensivieren generell das Bedürfnis nach Sicherheit und zugleich das Misstrauen

gegenüber anderen Menschen. Kinder und Jugendliche werden in diesem Kontext häufig mit Situationen konfrontiert, in denen sie mehr Verantwortung übernehmen müssen, als sie tragen können - sei es für andere, weil sie beispielsweise Übersetzungsarbeit für ihre Angehörigen leisten oder unter unsicheren Bedingungen auf ihre kleineren Geschwister sorgen müssen, oder sei es für sich selber, weil sie ihre Angehörigen verloren haben und ganz auf sich selber gestellt sind. Vor diesem Hintergrund ist klar, dass das Kontaktverhalten und Eingehen von neuen Beziehungen von Flüchtlingskindern zu Lehrpersonen oder Klassenkameraden erschwert ist. Sprachliche und kulturelle Barrieren machen daher die Herausforderung sich in einer bestehenden Gruppe sozial zu orientieren und zu etablieren nicht leichter. Traumatisierte Flüchtlingskinder sind deshalb auf verlässliche, wohlwollende und das neue Umfeld erklärende Bezugspersonen in der Schule angewiesen, die auch für ausserhalb des Schulkontextes Hinweise für eine sinnvolle, integrationsfördernde Freizeitgestaltung geben können.

Ihre Abteilung Schulische Abklärung und Beratung (SAB)

**Nützliche Links:**

- Padlet der Dienststelle Primar- und Sekundarstufe I zum Thema aktuellen Weltgeschehen: <https://padlet.com/KPICTS/weltgeschehen>
- Interview mit Prof. Lanfranchi (HfH): *Was brauchen Kinder auf der Flucht*: <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=Gafu3vN-Llc&feature=youtu.be>
- Angebot zu Einzelberatung und Coaching der Pädagogische Hochschule Schaffhausen: <https://www.phsh.ch/dienstleistungen/beratungen-coaching/einzelberatungen/bildung-und-migration>

**Referenzen:**

- *Neural Correlates of Reexperiencing, Avoidance and Dissociation in PTSD: Symptom Dimensions and Emotion Dysregulation in Responses to Script-Driven Trauma Imagery*, Hopper et al., Journal of Traumatic Stress, Vol. 20(5), 713-725, 2007.
- *Umgang mit geflüchteten traumatisierten Kinder in der Schule*, Volksschulamt, Bildungsdirektion Kanton Zürich, 2016.
- *Diagnostik und Behandlung von akuten Folgen psychischer Traumatisierung*, S2k - Leitlinie, AWMF- Reg. Nr.: 051-027, 2019.
- *Krieg in der Ukraine - Ein Leitfaden für Lehrpersonen*, Direktion für Bildung und Kultur Kanton Zug, 2022.