

Franz Sedlak, Susanne Sellnar, Christian Reumann

# Beziehungstraum(a) und Begegnungsraum

Psychologische Grundlagen zu Missbrauch, Gewalt und Trauma

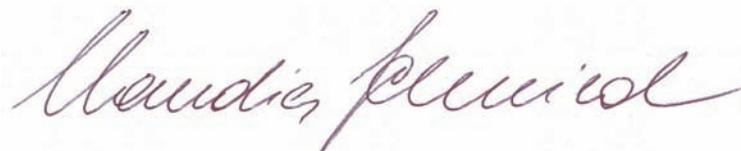


# Vorwort

Missbrauch hinterlässt körperlich und seelisch tiefe Wunden. Diese Verletzungen durch Gewalt oder sexuelle Übergriffe wirken sich emotional und kognitiv aus: Angst, Kontaktprobleme, Gehemmtheit, Depressionen, geringe Offenheit für neue Erfahrungen. Es kommt zu einem Vermeidungsverhalten, das den Neuerwerb von Wissen und Können einengt. Schule kann zwar nicht dort einspringen, wo es qualifizierter therapeutischer Hilfe bedarf, sie kann durch das Wissen um Risikofaktoren und Schutzfaktoren und einen respektvollen, fairen Rahmen des Miteinanders aber Vorbildwirkung für den Umgang miteinander erzielen.

Die vorliegende Broschüre ist ein Beitrag zur psychologischen Gesundheitsförderung: In einem umfassenderen Verständnis von Bildung geht es nicht nur um die Aneignung von Wissen und Kulturtechniken, sondern den Erwerb von Lebenstüchtigkeit, Kompetenzen, Skills. Ziel der Broschüre ist die Förderung der psychologischen Gesundheit. Es kommen Expertinnen und Experten zu Wort, die aus der Perspektive der Schulpsychologie bzw. Psychotherapie, klinischen Psychologie und Jugendanwaltschaft Grundlagen und praktische Bewältigungsansätze rund um das Thema Missbrauch vermitteln. In einem Ergänzungsband werden schulrechtliche Informationen gegeben. Der Blick ist nicht auf eine Spurensuche vergangener Verletzung gerichtet, sondern auf eine durch psychologische Hinweise gesundheitsförderliche Zukunft in der Schule und Gesellschaft! Aufgeschlossene Lehrerinnen und Lehrer, Eltern, aber auch Schülerinnen und Schüler ab der 5. Schulstufe profitieren von den vielen Hinweisen und praktischen Tipps.

Ich wünsche der Broschüre für ihr wichtiges Anliegen ein breites Echo!



Claudia Pfeiffer

## Autoren und Autorin:

**Mag. Susanne Sellnar** ist Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin, sowie Psychotherapeutin. Sie ist im Kinder- und Jugendbetreuungszenrum Matzen/NÖ tätig.

**Mag. Christian Reumann** ist Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe, Arbeitspsychologe, Supervisor. Er ist Kinder- und Jugendanwalt im Burgenland.

**Mag. DDr. Franz Sedlak** ist Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe, Supervisor, Psychotherapeut und Leiter der Abteilung Schulpsychologie-Bildungsberatung / Psychologische Studentenberatung im Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur.

**TEIL 1 Grundlagen** F. Sedlak

**TEIL 2 Rechtliche Situation** B. Haller

stehen auch als Power-Point-Präsentation unter [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at) zur Verfügung.

Alle in der Abt. Schulpsychologie-Bildungsberatung des Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur erstellten Broschüren können bei der Firma Amedia (e-mail: [office@amedia.co.at](mailto:office@amedia.co.at), Tel.: 01/982 13 22) gegen Übernahme der Portogebühren bestellt werden.

## Impressum:

Mag. DDr. Franz Sedlak, Beziehungstraum(a) und Begegnungsraum (Hg.)

Abt.V/4 im Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur

ISBN 3-85031-014-0

alle Rechte (inkl. Weiterverbreitungsrechte) liegen beim BMUKK, Abt. 4

Grafik: Atelier Simma

Erweiterte Neuauflage, Wien 2007

# Einleitung

Die Auffälligkeiten im Verhalten unserer Kinder scheinen zuzunehmen, immer mehr beklagen sich Eltern, Lehrer/innen, Erzieher/innen, Mitschüler/innen über aggressives, unberechenbares, kränkendes Verhalten von Kindern. Sind es tatsächlich mehr Kinder, die diese Verhaltensauffälligkeiten zeigen, oder ist unser Blick genauer, schärfer geworden? Ist es die beziehungsreichere, weniger autoritäre Atmosphäre im Erziehen und Unterrichten, die den Kontrast zu Verhaltensschwierigkeiten stärker hervortreten lässt? Es besteht kein Zweifel, dass es Kinder gibt, die stören, weil sie selbst schon früh gestört, verstört wurden. Es besteht kein Zweifel, dass es Kinder gibt, die ihre seelische Belastung an andere weiter geben, sich vom Überdruck entlasten, indem sie andere belasten. Was aber tun? Die Schule ist keine Therapiestätte. Sie kann tiefe Wunden nicht heilen. Und wenn es um Störungen der Persönlichkeit geht, „*beißen sich daran nicht sogar die Therapeuten die Zähne aus?*“ Es stimmt, Persönlichkeitsstörungen gehören zu den schwierigsten Behandlungsfällen. Aber vergessen wir andererseits die Chancen der Gemeinschaft in der Schule nicht: Unsere Kinder sind viele Tage, Wochen, Monate, Jahre zusammen. Sie können in dieser Gemeinschaft viel voneinander lernen. Es ist auch wichtig für die Lehrer/innen zu wissen, dass nicht jede Unterrichts-Störung durch auffällige Kinder mit der aktuellen Schul-Situation zu tun hat, geschweige denn ein persönlicher Angriff auf die Schule sein muss, sondern auf andere Erlebnisse zurück gehen kann.

Wir können grundsätzliche Elemente im Umgang miteinander und aneinander schulen. Diese Übungen nützen allen und helfen auch jenen, die aus ihrem Beziehungstrauma belasteter in die Schule kommen und den Begegnungsraum Schule noch nicht unbeschwert betreten können. Was sollten wir wissen?

Im Folgenden werden psychologische Grundlagen zum Themenbereich Missbrauch, Gewalt und Trauma vermittelt. Es geht dabei weniger um Theorien im Hintergrund, sondern um die sichtbaren und unsichtbaren Auswirkungen von belastenden Erlebnissen in der (frühen) Kindheit und um das Aufzeigen von Zusammenhängen (zwischen negativen Faktoren – Teufelskreis, aber auch zwischen positiven Faktoren – positiver Zirkel), um die Darstellung von Wegen zu den oft sehr verschlossenen verletzten Seelen. Kinder, die entdecken mussten, dass ihr Beziehungstraum (liebenswerte Bezugspersonen zu haben) zu einem Beziehungstrauma wurde – durch Missbrauch, Misshandlung und seelische Erschütterungen, brauchen einen hilfreichen Begegnungsraum. Diesen kann auch die Schule bieten. Die nachstehenden Anregungen können aber nicht nur als „Reparatur“ verstanden werden, sondern als Prävention im Sinne psychologischer Gesundheitsförderung.

# INHALT

## TEIL 1

Grundlagen	F. Sedlak	9
Problemursachen		9
Risikofaktoren		10
Folgen von seelischen Belastungen		11
Fließende Übergänge zwischen Normalität und Störung		12
Persönlichkeitsbedingte Auffälligkeiten		13
Symptome und Warnsignale		14
Das positive Gegengewicht: Ressourcen und stärkende Erfahrungen		15
Der positive Ansatz: Belastungen ausgleichen		18
Der positive Ansatz: Anzeichen positiver Entwicklung erkennen und nützen		19
Der positive Ansatz: Ich, Du, Wir- Ziele der Entwicklung anpeilen		20
Mitteilungen der Seele		21
Der Bindungsbegriff: Kinder brauchen Zeit und Raum		23
Hilfe und Förderung im schulischen Begegnungsraum		25
Hilfreiche Ansätze am Ich, Du und Wir		26
Die Aristoteles-Übung		27
Das Gefühlstagebuch, das Stressbarometer, der Gefühlscoach		29
Die emotionale Feuerwehr-Übung		31
Das Wenn-Dann-Training		31
Die 10 Grundlagen des Wohlfühlens		33
Miteinander reden: Die 7 wichtigsten Tipps		34

## TEIL 2

Begegnungsraum im Alltag – Alltag im Begegnungsraum	S. Sellnar	39
Vorbemerkung		39
Alltägliches Leben		41

Bausteine der Innenwelt	43
Neue Bausteine im gemeinsamen Alltag	49
Gefahren für Helfer/Innen und Schutzmaßnahmen	55
Sexueller Kindesmissbrauch	56
Positive Begegnungen im Alltag	59

## TEIL 3

Was tun, wenn ...? C. Reumann	61
Ein Rätsel	61
Die Hintergründe der beschriebenen Fallbeispiele in der Realität (Nicht die Lösung des Rätsels)	62
Des Rätsels Lösung	63
Von der Grobwahrnehmung zur Intervention	64

## ANHANG

Anhang 1: Hilfen in der Schule	67
Schüler- und Bildungsberatung	67
Schulische Informations- und Beratungsstellen	68
Schulservice-Stellen	70
Schulberatung für Ausländer(Innen) / Migrant(Innen)	71
Anhang 2: Hilfen außerhalb der Schule	72
Österreichweit	72
Bei Gewalt und sexuellen Übergriffen	72
Kinder- und Jugend-Anwaltschaften	74
Anhang 3: Hilfen für Studierende	75



# TEIL 1

## GRUNDLAGEN

F. Sedlak

### Problemursachen

Nicht nur erschütternde Ereignisse können seelisch verwunden (**akutes Trauma**), sondern auch viele kleine, wenn sie sich aufsummieren. Es gibt daher ein kumulatives Trauma, das sich aus vielen **Mikrotraumen** zusammen setzt. Unter „**kumulativem Kindheitstrauma**“ versteht man die Summe früher belastender Erlebnisse (z. B. Missbrauch, Misshandlungen, spannungsreiches Familienklima). Der Begriff weist auf **äußere Risikofaktoren** hin. **Innere Risikofaktoren** hingegen stehen für die Annahme, auffälliges Verhalten auf starke Triebspannungen zurück zu führen, die unterschiedlich gut von den Kindern gemeistert werden können. Die Folgen eines aku-

ten Traumas können aber ebenfalls starke Verhaltensirritationen sein: Beim Auftreten von seelischen Belastungen muss man daher nicht immer frühe Störungen vermuten, es kann eine akute Traumatisierung vorliegen; manchmal aber liegt die seelische Verwundung einige Wochen, Monate zurück und zeigt sich nun in einer **posttraumatischen Belastungsstörung** (eine später einsetzende Reaktion auf ein belastendes Ereignis oder eine Situation außergewöhnlicher Bedrohung oder katastrophenartigen Ausmaßes (kurz oder lang anhaltend), die bei fast jedem Menschen eine tiefe Verzweiflung hervorrufen würde).



# Risikofaktoren

Äußere und innere Risikofaktoren können sich gegenseitig beeinflussen. Äußere Risikofaktoren können durch starke innere Ressourcen teilweise kompensiert werden, ebenso können innere Risikofaktoren durch gute äußere Bedingungen gemildert bzw. aufgefangen werden. Genau so können sich aber auch die Risikofaktoren gegenseitig aufschaukeln.

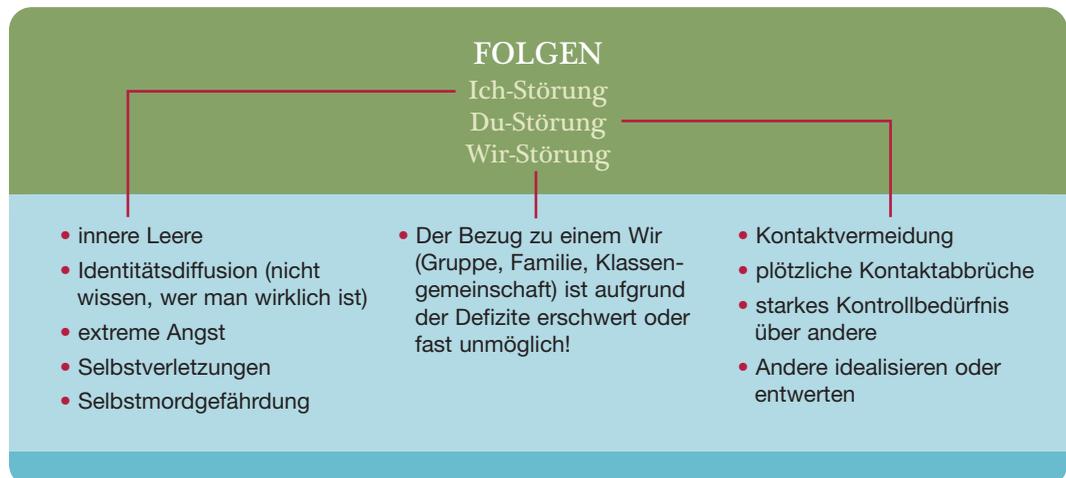


# Folgen von seelischen Belastungen

Wenn ein Kind belastenden Ereignissen ausgesetzt war, die das Fassungsvermögen (einmalig oder aufgrund fortgesetzter Dauer) überstiegen haben, dann kann dies in dreifacher Weise zu Störungsfolgen führen: Es kann das **Selbstbild**, aber auch der **Umgang mit sich selbst betroffen sein (ICH)**, es kann die Beziehungsaufnahme und Einfühlung betroffen sein,

sodass der **Kontakt zu anderen Menschen** nur unvollkommen gelingt. Der jeweilige Kontaktpartner wird entweder vergöttert oder verteufelt (**DU**). Es kann aber auch die **Einfügung in eine Gemeinschaft** erschwert werden (z. B. auch deshalb, weil viele Menschen Angst machen, weil die eigene Abgrenzung nur teilweise gelingt) (**WIR**).

Auf der ICH-Stufe:	Ausgeprägter Egozentrismus, „Privatlogik“; Arrangements mit der Umwelt zur Aufrechterhaltung des Selbstwertgefühls ohne Beitrag zur Gemeinschaft (all dies ist uns insbesondere aus der Lehre der Individualpsychologie von Alfred Adler bestens bekannt. Dieser hat ja das Gemeinschaftsgefühl zum Kriterium gesunder Entwicklung bestimmt).
Auf der DU-Stufe:	ergeben sich die Gefahren einer übermäßigen Bindung, Abhängigkeit an einzelne Personen (z. B. Mutter-Kind-Symbiose; oft die Grundlage einer Schulphobie), regressive Position gegenüber einer überbewerteten, progressiv-dominante Leitfigur, Egoismus zu zweit, d.h. Abschottung eines Subsystems gegenüber anderen; Dominanztendenzen bzw. Versuche, andere von sich abhängig zu machen, kaptative Bindungen etc.
Auf der WIR-Stufe:	ergeben sich Gefahren einer übermäßigen Abgrenzung, eines Geltungsbedürfnisses oder andererseits einer passiven Pseudoidentität durch Zugehörigkeit zu einer Gruppe (bzw. Gruppierung).

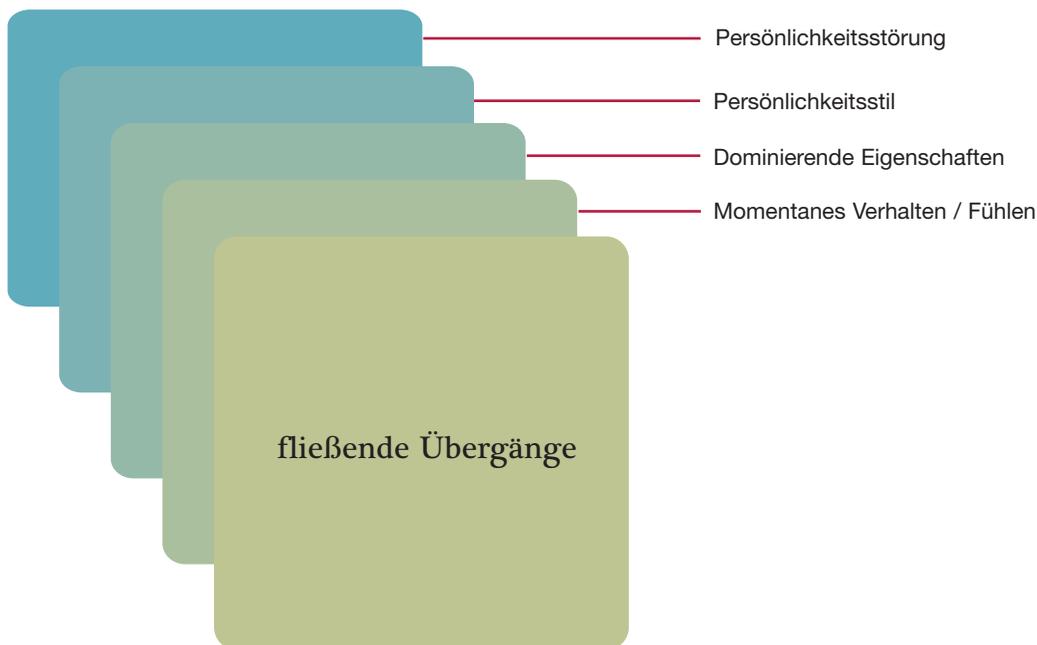


# Fließende Übergänge zwischen Normalität und Störung

Ein wichtiges Kriterium ist daher, inwieweit es zu Anpassungsproblemen kommt, und inwieweit die Funktionsfähigkeit eingeschränkt ist. Da das eigene Verhalten oft als „persönliche Note“ gesehen und unproblematisch gewertet wird, ist meist kein persönlicher Leidensdruck gegeben – außer, wenn sich immer mehr Mitmenschen zurück ziehen oder den Kontakt vermeiden.

Fließende Übergänge sind in beiden Richtungen möglich. Jeder von uns kann in besonderen Belastungen zu extremen, gestörten Verhaltensweisen neigen. In gewisser Weise kann auch jeder „gestörte“ oder „verstörte“ Mensch wieder zu gemäßigeren Erlebnis- und Verhaltensweisen finden.

Dabei können die Beurteilungen schwanken: Was der eine noch als Persönlichkeitsstil ansieht, ist für den anderen schon eine Persönlichkeitsstörung.

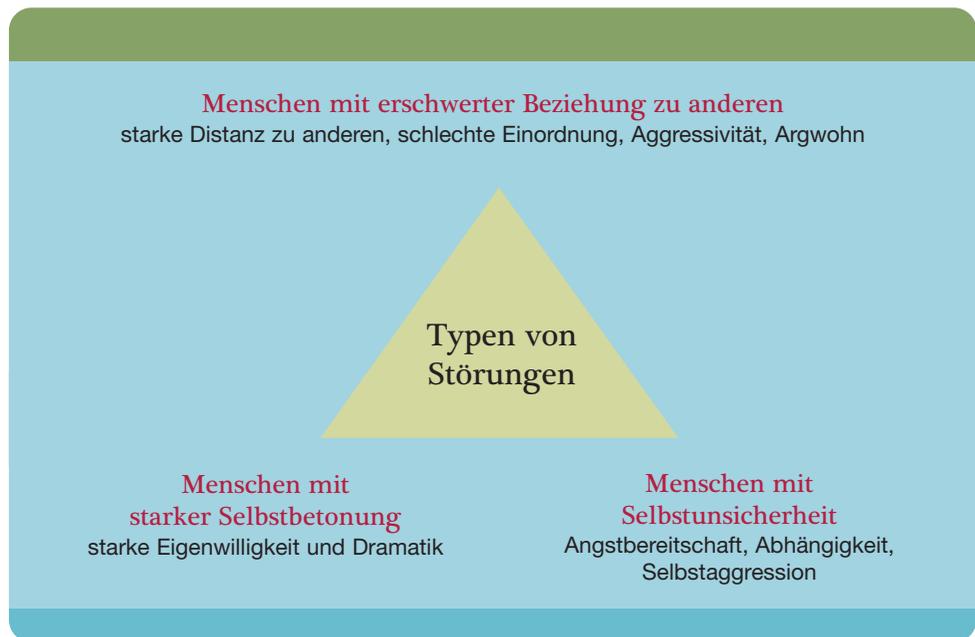


Je häufiger bestimmte Verhaltensweisen oder ein Gefühlszustände auftreten, je dominanter diese Eigenschaften werden, je mehr sie einen Menschen charakterisieren, je extremer sie ausgeprägt sind, desto mehr „wandert man im „Kartenstapel nach hinten“.

# Persönlichkeitsbedingte Auffälligkeiten

Nicht alle auffälligen Erlebnis- und Verhaltensweisen müssen auf seelischen Verwundungen beruhen. Manche Menschen weisen in verstärktem Maß bestimmte Eigenschaften auf, wir sprechen dann von **Persönlichkeitsstilen**. Wenn die Abweichungen vom im üblichen Rahmen erwartbaren Verhaltensweisen noch größer sind und beim Betroffenen wie auch bei den Mitbetroffenen Leidensdruck erzeugen,

dann kann man auch von **Persönlichkeitsstörungen** reden. Es gibt grundsätzlich folgende Problemzonen: **Die Beziehung zu sich selbst, zu anderen, Angst und Unsicherheit**. Die Störungen betreffen daher die Selbstwahrnehmung (Selbstbetonung, Selbstunsicherheit) und die Fremdwahrnehmung, d. h. die Einfühlung und Beziehung zu anderen.



# Symptome und Warnsignale

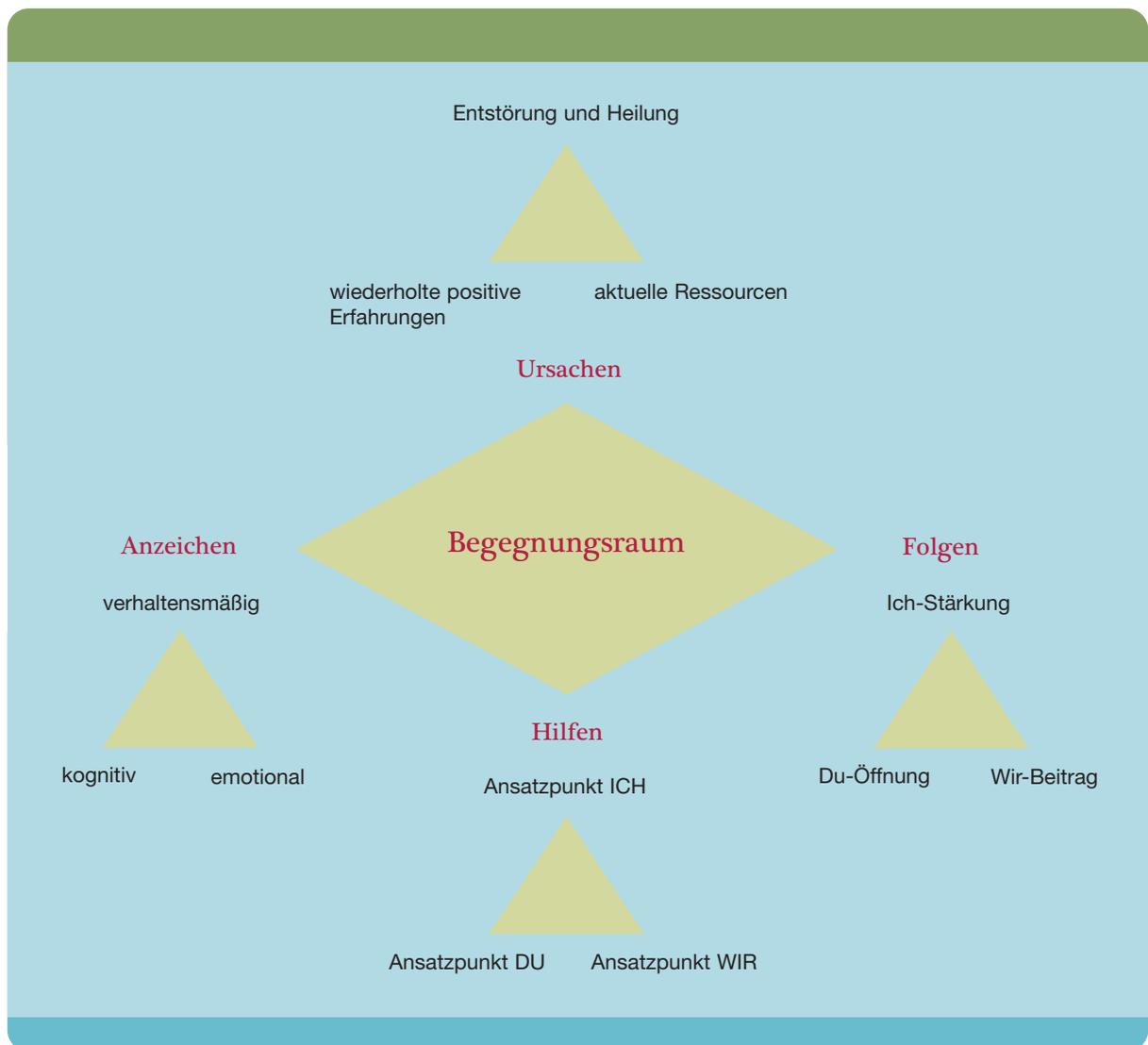
Die Anzeichen für Störungen durch frühe Kindheitserlebnisse, durch belastende innere Spannungen, durch ein Trauma können sich im Verhalten zu anderen, aber auch im Selbstverhalten zeigen, d. h. es kann zu gedanklichen, gefühlsmäßigen und verhaltensmäßigen Irritationen und Abweichungen kommen. So zeigt sich im kognitiven Bereich eine Schwäche bei der Unterscheidung zwischen Fantasie und Realität, bzw. kommt es zu einem Denken in Extremen (Schwarz-Weiß-Denken). Emotional wird vor allem die innere Leere empfunden, die durch ein beständiges Abwehren der belastenden Einflüsse entstanden ist. Der Innenaufbau vollzieht sich ja in einem lebendigen Austausch mit der Umwelt. Wenn diese Interaktion durch innere oder äußere Risikofaktoren erschwert ist, kommt es auch zu keiner ausreichenden Innenstruktur. Der Aufbau innerer Objekte (das sind die Abbildungen, Repräsentationen der Beziehungserlebnisse zu nahen Personen) ist teilweise gestört. Das bewirkt Unsicherheit, Angst und auch im Verhalten Auffälligkeiten wie: Impulsives, überschießendes Reagieren, Zwangsrituale oder sehr starke Schwankungen im Verhalten, z. T. mit Aggressionen nach außen oder innen.



# Das positive Gegengewicht: Ressourcen und stärkende Erfahrungen

Wo frühe Belastungen und Störungen anzunehmen sind, setzen wir als positives Gegengewicht die Chancen späterer Heilung und „Entstörung“. Dem kumulativen Trauma setzen wir die Chancen wiederholter positiver Erfahrungen, z. B. in der Klassengemeinschaft entgegen. Und wir verlagern den Blick

von der einseitigen Fixierung möglicher akuter Belastung auf die momentan vorhandenen Ressourcen. Dadurch kann es zu einer Ich-Stärkung kommen, zu einer Öffnung auf das Du und zu einem bewussten positiven Beitrag zur Gemeinschaft (Wir).



**ICH:**

Hier geht es um die Förderung der Individuation, um das Bewusstmachen der spezifischen eigenen Möglichkeiten. Die Betonung der Individualität, die Abgrenzung von anderen wird besonders von der Differentialpsychologie vollzogen. Ebenso geht es um die Bewusstmachung der individuellen Verantwortung, Autonomie, um die Selbstwertung im gegebenen gesellschaftlichen Rahmen. Wie der einzelne sich unter bestimmten Rahmenbedingungen entfaltet, ist u. a. Anliegen der Entwicklungspsychologie.

**DU:**

Die soziale Wahrnehmung muss von Anfang an unterstützt werden. Dazu gehört das Aufgreifen prosozialer, d. h. entwickelten sozialen Handlungsweisen zugrundeliegender basaler Verhaltensformen. Die Öffnung zur Partnerschaftlichkeit erfordert das empathische Eingehen auf das jeweilige DU, das Erkennen der verbalen und nonverbalen Signale in der Kommunikation. Insofern ist besonders die Kommunikationspsychologie hier heranzuziehen. Eine weitere Aufgabe bezieht sich auf die Gestaltung des „privaten“ Beziehungsbereiches im gesellschaftlichen Kontext. Da Bildung immer eine Heranführung an die theoretischen und praktischen Erkenntnisse anderer Menschen ist und die Aneignung dieser Wissensbestände und Denkformen eine persönliche Auseinandersetzung mit der je eigenen Beziehung zur Umwelt erfordert, ist hier vor allem die Pädagogische Psychologie aufgerufen, die das Wechselspiel von allgemeinem Bildungsgut und individueller Rezeption und Gestaltung reflektiert.

**WIR:**

Die Gemeinschaftsfähigkeit ist jene Integrationsleistung, die über die duale Sozialisation hinausgeht und eine Vielfalt von wechselnden Akkomodations- und Assimilationsprozessen erfordert. Es kommt zu einer ungeheuren Zunahme der Komplexität der Beziehungen und Interaktionswirkungen, Feedbacks, Rückkoppelungen, Selbststeuerungsmechanismen etc. Dabei ist das individuelle Verhältnis zur Gesellschaft zu bestimmen; das Wechselspiel zwischen individuellem Bewusstsein, Erleben und Verhalten der Gesellschaft und die Einbettung (privater) Subsysteme in den gesamtgesellschaftlichen Rahmen sind Domänen der Sozialpsychologie, Ökopsychologie und Politischen Psychologie.

# Schutzfunktionen

## Äußere Schutzfunktionen

Hilfen durch das Umfeld z. B. positive Beziehung wenigstens zu einer Beziehungsperson, Möglichkeiten zum „seelischen Auftanken“ wissen

## Innere Schutzfunktionen

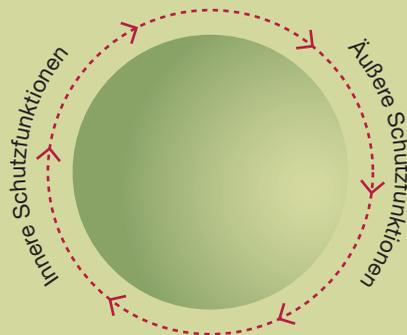
Gutes Selbstwertgefühl, innere Spannungsbalance, realistische Selbsteinschätzung

## Schutzfunktionen

Vertrauen in die eigenen Problemlösefähigkeiten  
Selbstbehauptung (wie z. B. Abgrenzung gegenüber unangenehmen Verhaltensweisen anderer)

Nützen von Hilfe-Möglichkeiten bei Belastungen  
(z. B. Kinderschutz-Zentren, Schulpsychologie, Jugendamt ...),  
Möglichkeiten zum Wechsel in ein förderliches Milieu kennen.

Positiver Zirkel:  
Schutzfunktionen



Emotionale Kompetenz >

# Der positive Ansatz: Belastungen ausgleichen

Die genannten Ziele, Ich-, Du-, Wir-Kompetenz, bedeuten: Es wäre eine Überforderung der Möglichkeiten einer Klassengemeinschaft bzw. Schulgemeinschaft, die Belastungen mancher Schulfahrten aufheben zu wollen! Aber durch positive neue Erfahrungen kann eine gewisse **Verbesserung in der Wahrnehmung von sich selbst und anderen** erreicht werden. In idealer Weise würden sich nach und nach der Umgang mit dem Ich, dem Du und

dem Wir verbessern. Wenn wir auch nur einige Schritte in diese Richtung gehen können, ist schon viel geleistet – nicht nur für die belasteten Kindern. Alle profitieren davon!

Das positive Gegengewicht zu Belastungen und Problemen sollte – wo es nicht explizit angeführt wird – immer mitbedacht werden. Wir müssen beide Augen offenhalten: Für die Gefahr und für die Chance!



## Der positive Ansatz: Anzeichen positiver Entwicklung erkennen und nützen

Eine positive Entwicklung zeigt sich in allen Bereichen: Im Denken, Fühlen und Handeln!

An die Stelle von einseitigem, schematischem Denken aufgrund von ungenügender **Realitätserfassung** entwickelt sich ein auf genauer Beobachtung, Einschätzung und Beurteilung beruhendes **differenziertes Denken**, das neben Schwarz und Weiß auch die vielen dazwischen liegenden Grautöne kennt. Eine anregende Umwelt kann auch die Innenwelt beleben und seelischen Reichtum bewirken. Das hat auch Auswirkung auf das **Verhalten**: Es wird angemessener, **flexibler**.



## Der positive Ansatz: Ich, Du, Wir-Ziele der Entwicklung anpeilen

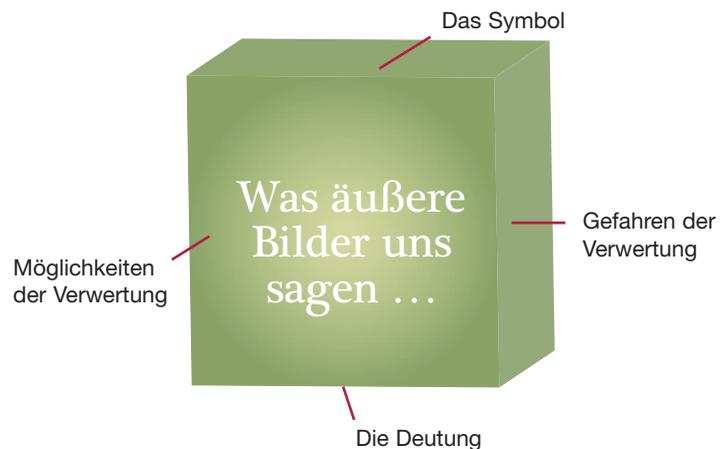
Störungen betreffen nicht nur den einzelnen Menschen und seine **Selbstwahrnehmung** und **Realitätsprüfung**, sondern wirken sich auch in den **zwischenmenschlichen Beziehung** und im Arbeitsverhalten aus, wobei vor allem die mangelnde Impulskontrolle und die schlechte **Gefühlsdifferenzierung** zu Schwierigkeiten in den familiären und anderen Kontakten führen.

Erfahrungen, Übungen, Anregungen, die unsere Selbstwahrnehmung, unsere Realitätserfassung, unsere zwischenmenschlichen Beziehungen, unser Arbeitsverhalten, unseren Umgang mit Gefühlen und Impulsen schulen, helfen allen Kindern, Jugendlichen, insbesondere aber auch erlebnis-belasteten.

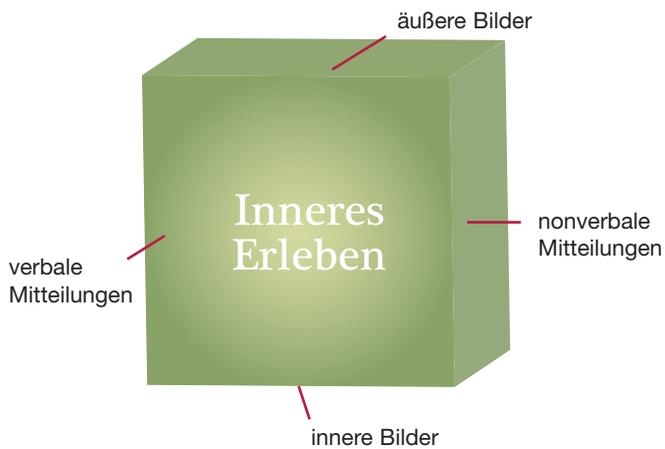


## Mitteilungen der Seele

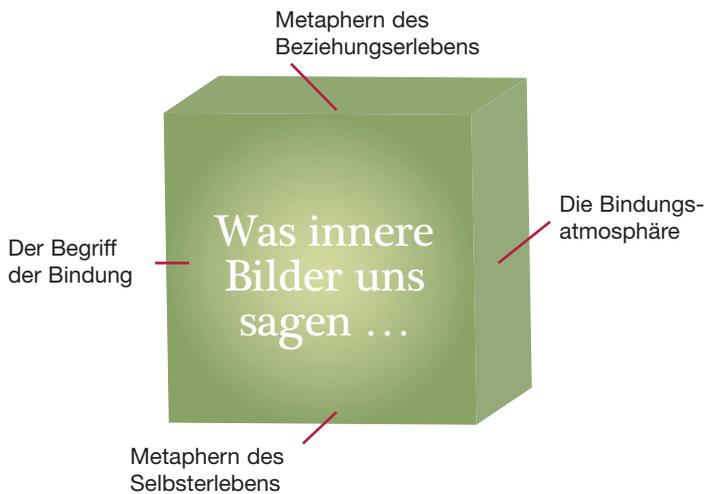
Eindrücke ohne Ausdruck machen krank. Wir brauchen die Ventile, die unseren Innendruck nach außen ableiten können – egal, ob dieser Innendruck von inneren, biopsychischen Faktoren oder von Milieubelastungen herrührt. Können wir erkennen, dass jemand unter starkem Druck steht? Das innere Erleben verrät sich in der schlappen oder meist übermäßig angespannten Haltung, in unharmonischen Bewegungen und anderen **nonverbalen Mitteilungen**. Zu diesen gehören auch die extra angeführten „äußeren Bilder“. Kinder zeichnen ihre Situation in eindringlichen **Bildern** (verbarrikadierte Häuser, brennende Türen und Fenster, Menschen ohne Augen, Hände, Füße – all dies kann auf unangenehme Erlebnisse hinweisen, gegenüber denen sich die Betroffenen nicht genügend abgrenzen konnten). Den äußeren Bildern entsprechen die inneren: In **Träumen** (z. B. Verfolgungs-, Verletzungs-, Vernichtungs-Träumen) kommt die Angst der Kinder zum Ausdruck. Wegen der Vieldeutigkeit sind allerdings bei Zeugenaussagen nur die **verbalen Mitteilungen** entscheidend.



Der Mensch ist ein Symbol schaffendes und Symbole verarbeitendes Lebewesen. In Symbolen drücken wir aus, wie wir Beziehungen erfahren und wie wir uns selbst erleben. In inneren Bildern – die Vergleiche darstellen und nicht foto- oder filmgetreue Abbildungen der Realität – kommt auch die Bindung bzw. Bindungsatmosphäre in den frühen Lebensphasen zum Ausdruck: Wie sicher fühlt sich ein Kind geborgen? Wie ambivalent werden Zuwendungen und Distanzierungen erlebt? Ist das Beziehungsklima eher unterkühlt, abweisend? Der Begriff „Bindung“ steht für die Dependenz zwischen Mutter und Kind, in erweiterter Sicht aber für die sichere, unsichere, ambivalente, desorientierte und irritierte Beziehung zwischen wichtigen Bezugspersonen und dem Kind.



Die Metaphern des Bindungserlebens (des Erlebens der Beziehung zwischen Selbst und Beziehungsperson), die Symbole, sind vieldeutig. Sie bieten einerseits die Chance zu Bereichen des Erlebens vorzustoßen, wo die Worte fehlen, andererseits muss man sich vor suggestiven Nachforschungen bzw. vorgefassten Deutungen und Interpretationen hüten. Das gilt allerdings auch für verbale Mitteilungen. Das Phänomen der „false memory“ zeigt die Gefahr eines „Missbrauches des Missbrauches“ auf.



# Der Bindungsbegriff: Kinder brauchen Zeit und Raum

Der Begriff der Bindung wurde von J. Bowlby, einem Arzt, Psychotherapeuten und Psychoanalytiker entwickelt und hat in den letzten Jahren nicht nur eine Renaissance erlebt, sondern eine neue Blüte. Man hat in der frühkindlichen Bindung ein Kriterium für wichtige Pflegeentscheidungen, für Sorgerechtsmaßnahmen, für Psychotherapien, für Erziehungshinweise u. v. a. m. gefunden. Wichtig ist, dass man den Begriff in engerem oder weiterem Sinn gebrauchen kann, wobei das eine Frage der Perspektive ist:



Schließlich gibt es noch den aus der Verhaltenswissenschaft stammenden, **ethologischen Begriff**: Die Mutter als Schutz- und Trostspenderin und Sicherheits-Basis, von der aus Explorationen stattfinden. Dieser Begriff ist enger als die beiden anderen. In unserem Zusammenhang ist ein **kombiniertes Begriffsverständnis** maßgeblich: Bindung ist somit im engeren Sinn die Bezeichnung für die Schutz, Sicherheit, Trost und Geborgenheit spendende Beziehung zwischen Kind und Mutter, im weiteren Sinn zwischen Kind und Eltern, Geschwistern, Verwandten, Freunden..., wobei die Art dieser Bindung Einfluss hat auf die nachfolgenden Beziehungen, aber selbst auch beeinflussbar bleibt.

Kinder mit belastenden Erlebnissen spüren diesen Schutz, diese Sicherheit nicht oder zu wenig, im Gegenteil: Sie erleben Angst gegenüber den im Normalfall Sicherheit spendenden Personen. Das erklärt, warum diese Kinder auf Zuwendung und Trost oft **misstrauisch und ängstlich abweisend reagieren**. Da schon Kleinkinder eine differenzierte Bindung zu verschiedenen Personen aufbauen können, kommt es auf die **gesamte Bindungsatmosphäre** an: Diese kann insgesamt freundlich, aber auch kalt oder verwirrend sein. Sofern keine neuen Beziehungserfahrungen gemacht werden, werden diese Gefühle auch auf andere Gemeinschaften übertragen.

Am Begriff der Bindung wird deutlich, dass aus der Verhaltenswissenschaft entlehnte Bezeichnungen beim Menschen nur indirekt anwendbar sind. Zum Unterschied von Bindungen im Tierreich mit abgrenzbaren verletzlichen Entwicklungsphasen, in denen die nachhaltige Prägung passiert, ist der Mensch von vornherein flexibler angelegt. So wird die Bindung nicht nur in den ersten Lebensmonaten, sondern bis ins 3. Lebensjahr ausgeformt, ist aber noch bis ins 16. Lebensjahr beeinflussbar, korrigierbar. Dazu kommt die schon oben erwähnte Fähigkeit der Bindung und auch unterschiedlichen Bindungen an verschiedene Personen, sodass negative Wirkungen durch einzelne Bezugspersonen durch positive Wirkungen anderer Personen teilweise oder sogar gänzlich aufgehoben werden können.

Am Begriff der Bindung wird aber auch sichtbar: Kinder brauchen Zeit und Raum!

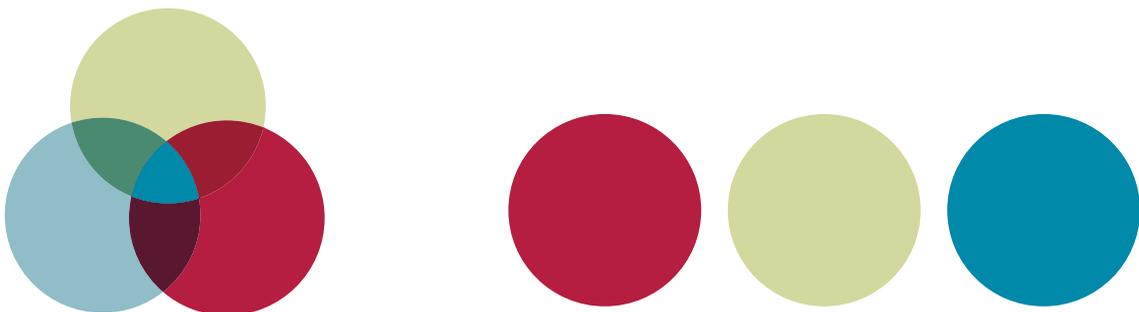
Zeit und Raum sind nicht nur das, ohne das wir uns die Welt nicht vorstellen können. Ohne persönliche Zeit und persönlichen Raum sind auch die für den Aufbau und die Ausgestaltung unserer persönlichen Innenwelt notwendigen Bedingungen nicht gegeben. Kinder mit schweren Belastungen haben weder Eigen-Zeit, noch Eigen-Raum im ausreichenden Ausmaß erlebt. Weder durften sie sich nach inneren zeitlichen Bedürfnissen entfalten (sondern mussten sich an den Rhythmus der Erwachsenen anpassen), noch haben sie Zeit als Verlässlichkeit, Kontinuität der Welt um sie herum erleben können.

Sie haben möglicherweise einen eigenen Raum, ein eigenes Zimmer, haben aber dennoch hier keinen ausreichenden Schutz vor invasiven Einflüssen gefunden, ja sogar die Grenzen ihres eigenen Körperraums als ungeschützt und unschützbar erleben müssen.

Bindung als vertrauensvolle Beziehung zu einer oder mehreren wichtigen Personen kann sich nur entfalten, wenn Konstanz und ein gemeinsames, feinfühliges aufeinander Einschwingen (Tuning in) gegeben sind. Und nur dann, wenn die wichtige Kontaktnahme respektvoll und nicht überbordend, grenzverletzend geschieht, sodass es einen Raum der Gemeinsamkeit ohne Aufhebung der Eigenräume der begegnenden Personen gibt. **Wo keine Verlässlichkeit von Zeit und Raum gegeben ist, kommt es zur unsicheren Bindung, zur ambivalenten Bindung, zu vermeidenden Bindung, zur verwirrten Bindung.** Denn Misshandlung kann zu Verwirrung führen: Zeitlich: Angst ohne Entrinnen; Räumlich: als innere Leere, Depressivität, Angst vor Vernichtung, Angst vor Trennung (= Einnahme eines Eigenraumes). Welt wird aus den Beziehungserfahrungen aufgebaut. Kinder brauchen Zeit und Raum!

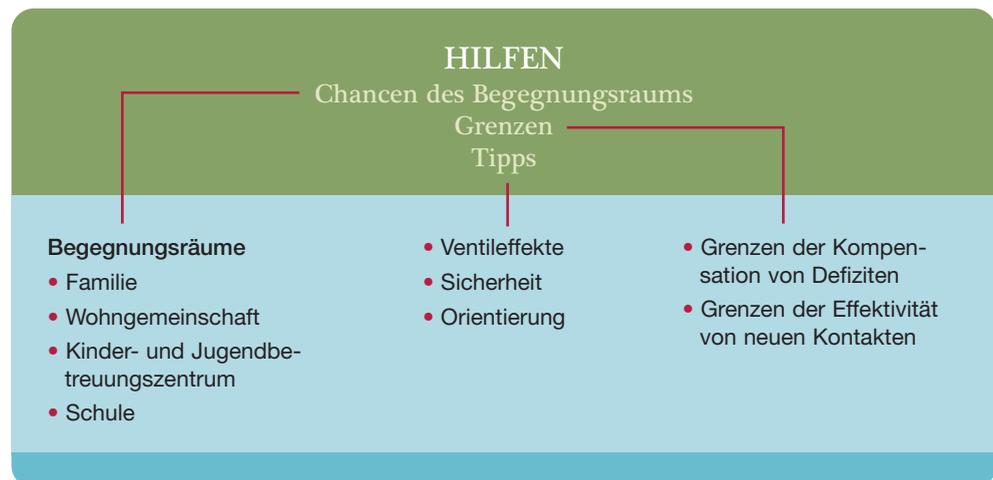
Belastete, traumatisierte Kinder benötigen Chancen zum Erfahren von Zeit als Verlässlichkeit und Eigenrhythmus und zum Erfahren von Raum als Entwicklungsraum, als Schutzraum, als Expansionsraum.

Wenn mehrere Personen miteinander leben, ergeben sich viele Gemeinsamkeiten, Überschneidungszonen. Wichtig ist, dass neben diesen Überlappungen auch jeder Einzelne sich als Einzelner wahrnehmen und erleben kann. Und dass es ein Einschwingen zwischen dem Alleinsein und dem Gemeinsamsein stattfinden kann.

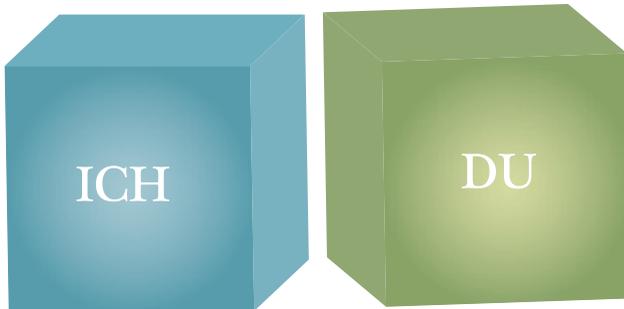


# Hilfe und Förderung im schulischen Begegnungsraum

Wenn zwei Kinder in die selbe Schule gehen, sind sie nicht unbedingt in der gleichen! Das heißt: Der Begegnungsraum Schule wird so eingeschätzt wie die bisherigen Beziehungserfahrungen verlaufen sind. Ein Kind, das ständigen „lauten“ oder „leisen“ Bedrohungen ausgesetzt war, wird auch mit der dementsprechenden misstrauischen Distanz und Abwehrhaltung die Schule betreten. Es wird seine Erfahrungen auch auf außerfamiliäre Einrichtungen, z. B. Wohngemeinschaften übertragen und muss erst lernen, seine bisher erlernten Verhaltens- (und oft Verteidigungs-) Muster zu verlernen, um sich neuen Möglichkeiten gegenüber öffnen zu können. Freilich gibt es Grenzen der Kompensation von negativen Lebenserfahrungen: Nicht alles kann geheilt, nachgeholt werden – aber sehr viel immerhin: Möglichkeiten des nicht schädigenden Spannungsabbaus, Entfaltung in einer Sicherheit und Orientierung bietenden Umgebung!



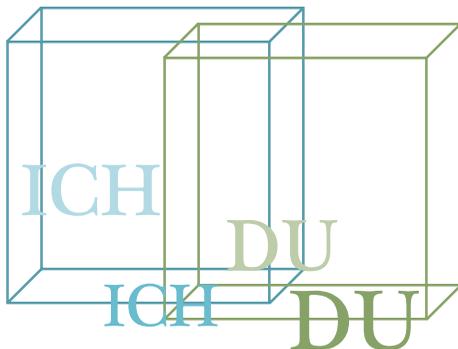
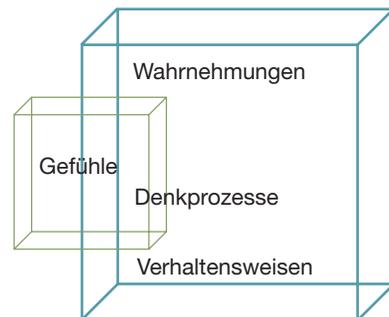
# Hilfreiche Ansätze am Ich, Du und Wir



Einschneidende Erlebnisse wirken sich auf das Selbstbild und auf die Beziehung zu anderen aus.

Es entstehen u. U. starke **AMBIVALENZEN**. Man wird unsicher, ob etwas gut oder schlecht, angenehm oder unangenehm ist. Diese Verwirrung ist dann besonders stark, wenn die belastenden Ereignisse mit Familienmitgliedern zu tun haben.

Traumatische Erfahrungen können dazu führen, dass das Ich nicht mehr einheitlich erlebt wird. Z. B. können die Gefühle wie abgeschnitten sein oder aus dem übrigen Selbsterleben herausfallen bzw. abgespalten werden.



Erlebnisse, die eigene Grenzen verletzen, führen unter ungünstigen Umständen auch dazu, dass die Abgrenzung zu anderen schlecht gelingt, dass die Grenzen zwischen Ich und Du porös, undeutlich werden

## Ansatzpunkt ICH – kognitiv

Störungen in früher Kindheit können die Selbstwahrnehmung beeinträchtigen, aber auch die Realitätswahrnehmung.

Im Denken kommt es dabei zu einem Verwischen der Grenzen zwischen Fantasie und tatsächlichen Begebenheiten. Umgekehrt aber auch zu einem sehr groben Filter, in dem alles nach Schwarz-Weiß- Muster aufgesplittet wird.

Diese einseitigen Haltungen kann man aber manchmal auch bei Menschen mit normaler Kindheit beobachten. Daher ist es eine wertvolle Übung, die Mitte zwischen den Extremen zu finden.

Die folgende Idee lässt sich in der Schule, in der Familie, im Beruf, in der Freizeit, aber auch in der Therapie sehr gut verwenden. Es ist die „Aristoteles-Übung“, die der Autor deswegen so nennt, weil der große griechische Philosoph ein Fürsprecher für das Auffinden der Mitte war. Aristoteles hat seine ganze Ethik darauf aufgebaut und die Tugend als die Mitte bezeichnet.

Man sollte über die gefundenen Lösungen miteinander reden und dadurch an weiteren Lösungen partizipieren.

## Die Aristoteles-Übung

Zeichnen Sie eine Linie und schreiben Sie an deren Enden zwei gegensätzliche Begriffe auf, z. B.

überheblich ←————→ unterwürfig

Suchen Sie jetzt die Mitte, z. B.

überheblich ←————(selbstbewusst)————→ unterwürfig

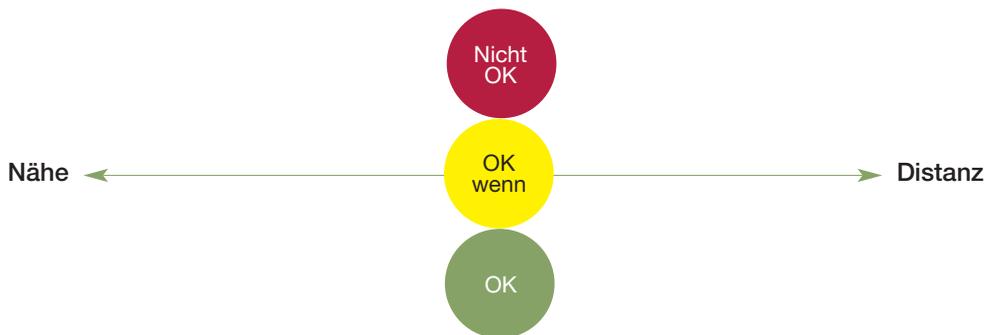
Man kann diese Übung auch so vollziehen, dass man jedes Extrem mit dem Körper ausdrückt und sich dann auf die mittlere Haltung einpendelt!

Diese Übung ist gerade bei Menschen sehr wertvoll, die diese Zwischenschritte nicht einüben konnten, die sich in einer wehrlosen, ausgelieferten Situation befanden und oft nur ausweichen konnten in eine zweite, innere Welt neben der grausamen äußeren. Dabei kommt es dann auch zu einer Aufteilung der Welt in Gut und Böse, Schwarz und Weiß. Opfer von belastenden Einflüssen, aber auch wir alle, müssen lernen, den maßvollen Weg zu finden, z. B. zwischen:

Ja sagen ←————→ Nein sagen

Misstrauen ←————→ Arglosigkeit

Man kann sich als aufzufindende Mitte auch folgendes Symbol vorstellen:



Diese „Verkehrsampel“ für den zwischenmenschlichen Umgang besagt hier z. B.: Ich finde eine bestimmte Nähe grundsätzlich nicht ok. Eine andere Nähe ist ok, wenn bestimmte Bedingungen erfüllt sind. Und eine weitere Art von Nähe finde ich prinzipiell immer gut. Dasselbe lässt sich überlegen für den Gegenpol, die Distanz: Ich finde eine bestimmte Art von Distanz schlecht, eine andere Distanz unter bestimmten Umständen in Ordnung. Und eine weitere Form von Distanz ist meiner Meinung nach immer wertvoll. Diese kleinen Übungen können Großes bewirken. Nicht von heute auf morgen. Aber zunächst kleine Schritte im Gedanklichen, und dann schließlich Verhaltensschritte, die eine neu gewonnene Kompetenz ausdrücken. Sich wehrlos gegenüber Außeneinflüssen zu empfinden, aber nichts dagegen zu tun, ist genau so schlecht, wie sich gegenüber der Außenwelt abzuschotten und keinen Kontakt mehr zuzulassen.

## Ansatzpunkt ICH – emotional

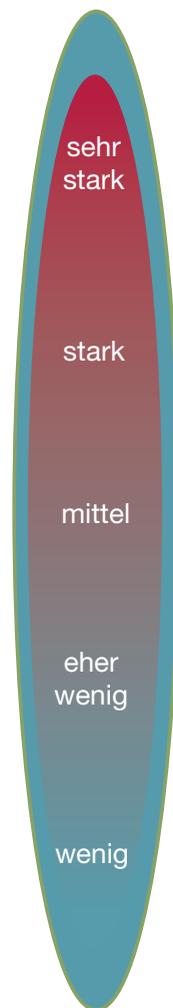
Störungen in früher Kindheit, aber auch andere Belastungen können dazu führen, dass eine starke emotionale Verletzlichkeit besteht. Aber es ist nicht nur eine besonders dünne seelische „Haut“ vorhanden, sondern auch eine Schwäche in der Unterscheidung und in der Lenkung bzw. Regulierung der Gefühle. D. h. die Betroffenen haben ihre Gefühlsregungen nicht „im Griff“, sie können von ihnen mitgerissen, überschwemmt werden. Aufgrund ihrer negativen Erfahrungen stehen Wut, Enttäuschung und Angst immer „vor der Tür“, sodass auch positive Erlebnisse rasch in diese negativen Gefühle umschlagen können.

Schwere Störungen sind schulisch nicht behandelbar. Sie widersetzen sich oft auch therapeutischen Bemühungen. Aber präventiv und mildernd können Anregungen wirken, bei denen der Umgang mit Gefühlen trainiert wird. Diese Übungen sind insofern wichtig, weil auch – denken wir an die fließenden Übergänge – Kinder und Jugendliche mit weniger Belastungen unter Gefühlsverflachung bzw. -vergrößerung und unter Frustrationsintoleranz leiden können. Zudem besteht durch die Übermacht der modernen Medien und ihrem fesselnden Stimulationsfeuerwerk immer mehr die Gefahr, dass Gefühle kurzfristig hervorgerufen und rasch wieder von anderen abgelöst werden.

# Das Gefühlstagebuch, das Stressbarometer, der Gefühls-Coach

Das **Gefühlstagebuch** ist eine Anregung, auf die eigenen Gefühle zu achten. Die Kinder bzw. Jugendlichen werden ermuntert, Gefühle während des Tages zu notieren und auch, was sie ausgelöst hat. Dann können die Aufzeichnungen gegenseitig mitgeteilt werden (wobei jede/r auswählen kann, was er/sie mitteilt und was nicht – es geht nicht um Schnüffelei im Privaten, sondern um das Lernen miteinander).

## Stressbarometer



Das **Stressbarometer** zeigt den inneren Druck an, es geht um das Erkennen, wann man sich mehr unter Druck fühlt, wann weniger. Niedriger Druck bedeutet relativ stressfrei zu sein, hoher Druck unter hohem Stress zu stehen. Auch diese Achtsamkeit ist wertvoll, um rechtzeitig gegensteuern zu können.

Eine gute Möglichkeit, mit zu großem inneren Druck fertig zu werden (etwa wenn sich intensive Gefühle aufstauen), bieten z. B. folgende Techniken:

- Kurzentspannung (z. B. tief durchatmen, Schultern locker lassen, Nacken entspannen, die Gesichtsmuskeln lockern und lösen)
- Sich ablenken, mit etwas Positivem, Interessanten beschäftigen
- Mit jemandem reden und dabei etwas vom inneren Druck abbauen
- Eine Kräfte verzehrende gymnastische Übung (Liegestütz, Kniebeugen ...) oder isometrische Übung (mit voller Kraftaufwendung Arme oder Beine gegen einen unbeweglichen Widerstand pressen, dabei aber ruhig weiter atmen).

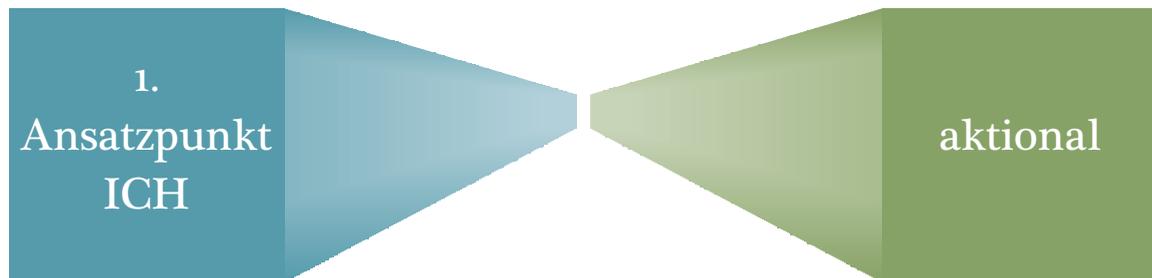
Der **Stress-Coach** ist jemand, den man sich aussucht, weil er/sie eine Stütze ist. Das kann ein/e Lehrer/in sein, ein/e Mitschüler/in, ein/e Bekannte/r usw. Auch ein Held/ eine Heldin aus einer TV-Serie, vom Film, aus Romanen kann vorbildlich wirken. Dieser „Coach“ ist wie ein Kompass. Einfach weil er/sie die Gefühle gut unterscheiden und beherrschen kann und darin ein wertvolles Vorbild ist.

## Ansatzpunkt ICH – aktional

Wenn man bedenkt, dass Misserfolge, Überforderungsstress, Unsicherheit und Orientierungslosigkeit in bestimmten Situationen negative Gefühle hervor rufen können; wenn man weiters weiß, dass Menschen, die aufgrund von Belastungen irritiert sind, leichter von Gefühlen überschwemmt und in ein Chaos gestürzt werden, dann ist es eigentlich selbstverständlich: Gute strategische Handlungsmuster, erfolgreiche Problemlösungen, ein Kompetenz- und Skilltraining sind notwendig. Da jeder Mensch in eine persönlich überfordernde Situation gelangen kann, ist ein strategisches Training für alle wertvoll. Welche Fertigkeiten braucht man? Welche Situationen sollte man vorher überlegen, damit sie nicht überwältigen?

Die Liste ist recht lang: Es kann sich z. B. um Lerntechniken handeln, um ein Selbstbehauptungstraining, um den Aufbau von Kontaktfähigkeit, um Techniken der Selbstverteidigung, um das Verhalten in unbekanntem Situationen.

Zu letzterem gibt es zwei wertvolle Übungen, die der Autor „Die emotionale Feuerwehr-Übung“ und das „Wenn-dann-Training“ genannt hat.



## Die emotionale Feuerwehr-Übung

Bei dieser Übung setzen wir eine den Menschen auszeichnende Fähigkeit ein, nämlich voraus schauen zu können. Manchmal ist aber dieses Vorwegnehmen von Situationen in unserem Kopf nicht hilfreich: Wenn uns Ängste plagen; wenn wir schon vorher überzeugt sind, dass etwas ganz furchtbar sein wird, dass wir es nicht schaffen werden u. v. a. m.

Man kann diese Ängste bezwingen, indem man sich bewusst darauf einlässt zu fragen: Was ist das Ärgste, was passieren kann? Und was mache ich dann? Wie kann ich mit dieser ganz argen Situation, die ich mir vorstelle, fertig werden? Wie wahrscheinlich ist aber eine derartig extreme Situation überhaupt? Solche Situationen können sein: Verlassen werden von jemandem, der einem sehr wichtig ist. In der Klasse nicht mitkommen und durchfallen. Durch eine schwere Krankheit beeinträchtigt werden usw.

Wenn man diese Gedanken – am besten mit Papier und Bleistift, oder wahrscheinlich noch besser mit einem/r Freund/in – konsequent fertig denkt, kommt es meist zu einer merklichen Erleichterung: Nichts kann so arg sein, dass es nicht dennoch einen Ausweg oder eine Lösung gibt.

Nur, wenn sich diese Erleichterung nicht einstellt, sollte man sich an Menschen mit Erfahrungen im persönlichen Problemlösen wenden: Schülerberater/innen, Schulpsycholog/inn/en usw.

## Das Wenn-Dann-Training

Die Instruktion ist einfach: Man denkt sich schwierige Situationen aus und überlegt sich, was man dann machen würde. Noch besser ist es, diese Übung in einer Gruppe durchzuführen, wo man sich gegenseitig knifflige Situationen „zum Lösen aufgibt“. Oder es spielen zwei Gruppen gegeneinander und versuchen, die schwierige Situation, die die andere Gruppe genannt hat, gemeinsam zu meistern. Zum Unterschied von der „emotionalen Feuerwehr-Übung“ geht es hier weniger um außerordentliche Ereignisse, sondern um den Alltag. Was macht man, wenn man etwas vergessen hat, was man gerade heute in der Schule, im Beruf braucht? Was macht man, wenn man ohne Schlüssel vor der versperrten Wohnungstür steht? Was macht man, wenn man im Stau steckt oder die Bahn einen längeren Aufenthalt machen muss mitten auf einer Strecke? Es geht hier um ein Kompetenztraining für den Alltag.

## Ansatzpunkt DU



## Ansatzpunkt WIR

Es kann die Beziehung zu einem einzelnen Du ebensolche Schwierigkeiten enthalten wie die Beziehung zu Gruppenmitglieder, zu einem Wir.

Manche Menschen neigen dazu, in ihren Beziehungen zu anderen sehr wechselhaft und labil zu sein. Dies trifft in besonderem Maße auf Menschen mit Belastungen aus frühkindlichen Erlebnissen oder aus traumatischen Ereignissen zu.

Oft vermischen sich Misstrauen einerseits und zugleich Angst vor Trennung und Verlust andererseits, hohe Forderungen an die Umwelt einerseits und andererseits Überempfindlichkeit gegen Forderungen der Umwelt zu einem bitteren Cocktail.

Egal – und wahrscheinlich im Einzelfall schon schwierig eruierbar und in einer Schulklasse oder anderen Gemeinschaft ohnehin nicht aufzuspüren, egal also, ob sich das Verhaltensmuster aus der Summe von inneren Spannungen und äußeren Bedrohungen ergibt oder aus teilweise anlagebedingten hormonalen Steuerungen oder als eingeschliffenes Interak-

tions- und Interpretationsschema – es geht darum, aus Einsamkeit, Verunsicherung, aus dem Erleben von Ablehnung durch andere, aus Selbstzweifel und Orientierungs- und Hilflosigkeit heraus zu kommen. Oft werden aus dieser Lage heraus verzweifelte Anstrengungen unternommen, andere Menschen zu kontrollieren, besondere Aufmerksamkeit zu erhalten, sich vor anderen Menschen zu schützen.

Die folgenden Tipps zum Respekt vor der Persönlichkeit und zur Kommunikationsgestaltung können grundlegende Richtungen abstecken, in die die Gestaltung des Miteinanders gehen kann.

Die Tipps zum Wohlfühlen und die Tipps zum miteinander Reden müssen selbstverständlich dem altersentsprechenden Sprachniveau der Klasse angepasst werden. Sie sind in der vorliegenden Form für Schüler/innen ab der 6. Schulstufe geeignet. Am besten ist es, wenn der/die Lehrer/in die Tipps in seinen/ihren eigenen Worten wiedergibt bzw. anregt, das darin enthaltene Anliegen gemeinsam zu formulieren.

# Die 10 Grundlagen des Wohlfühlens

**Jeder hat das Recht darauf (und die Pflicht, das Recht der anderen darauf zu beachten):**

- 1.** Als Person respektiert zu werden! Wo immer die persönliche Würde bei uns oder anderen angegriffen wird, sollten wir uns dagegen wehren.
- 2.** Auf körperliche und seelische Gesundheit! Wir müssen uns und andere vor krankmachendem Stress schützen.
- 3.** Auf positive Arbeitsbedingungen und ein gutes Beziehungsklima! Und jeder sollte seinen größtmöglichen Beitrag dazu leisten.
- 4.** Sich persönlich zu entfalten und sich im Rahmen der gegebenen Möglichkeiten selbst zu verwirklichen! Dieses individuelle Wachstum darf aber nicht auf Kosten anderer gehen.
- 5.** Auf das Vertrauen anderer in die eigenen Problemlösungsfähigkeiten! Wo immer möglich, sollten daher die eigenen Begabungen und Ressourcen bei uns und anderen angeregt und zum Einsatz bei Problemen herausgefordert werden.
- 6.** Auf persönliche Überzeugungen und das Recht, seinem Gewissen entsprechend zu handeln! Wegen unserer Fehlbarkeit sollten wir dabei unsere Sichtweisen miteinander ausdiskutieren. Die Übereinstimmung mit anderen darf aber – auch aus psychohygienischen Gründen – niemals auf Kosten der Übereinstimmung mit sich selbst gehen.
- 7.** Auf Unterstützung und Hilfe durch andere und jeder sollte auch mit dieser solidarischen Haltung anderen helfen, sei es durch Gespräche oder durch Handlungen.
- 8.** In die bestehende Gemeinschaft integriert zu werden! Vereinsamung kann krank machen. Wir müssen daher darauf achten, dass niemand ausgeschlossen oder isoliert wird.
- 9.** Zu lernen! Das heißt aber auch, Fehler machen zu dürfen. Wir sollten einander daher Zeit zum Entwickeln zugestehen und Mut machen, durch Erfahrungen zu lernen. Perfektionismus und Ungeduld sind Stress-Erzeuger und Krank-Macher.
- 10.** Jede verfügbare Hilfe in Anspruch zu nehmen, die zur Aufrechterhaltung des positiven Selbstwertgefühls und der persönlichen Lebensqualität oder zu deren Wiederherstellung notwendig ist!

Die 10 Empfehlungen zum Wohlfühlen mit sich selbst und in der Gesellschaft sind zugleich wichtige Aspekte der RESILIENZ. Darunter versteht man die Widerstandsfähigkeit des Menschen gegenüber belastenden Milieubedingungen, Situationen und Ereignissen. Identität, Selbstwertschätzung und Selbstkompetenz einerseits, Beziehungskompetenz und Integrationsfähigkeit andererseits, sowie die Bereitschaft, trotz Widrigkeiten die eigene Linie weiter zu verfolgen, aber auch aus Fehlern zu lernen sind Basiskomponenten für die Fähigkeit, immer und überall das Beste aus dem Leben zu machen!

## Miteinander reden: Die 7 wichtigen Tipps

1. Sich zusammensetzen (um eine gemeinsame Lösung zu finden), sich auseinandersetzen (um Klarheit zu gewinnen), sich einsetzen (um die gefundene Lösung umzusetzen)!
2. Vorangehen (mit positiver Einstellung), Nachgehen (Zuhören, Nachfragen, sich in den anderen hinein fühlen, um sich besser zu verständigen), aufeinander zugehen (Konflikte lösen, nicht meiden).
3. Nicht im Volldampf reden! Wenn man vom Zorn vernebelt ist, kann man weder aus sich, noch aus anderen klar werden. Aber alles, was für die gegenseitige Beziehung wichtig ist, mitteilen.
4. Keinen Einzel-Sieg anpeilen – sonst schafft man Verlierer. „Gewinnen“ muss die Beziehung.
5. Ich-Mitteilung, statt Du-Verurteilung (Die eigene Betroffenheit zeigen, hilft mehr als Beschuldigungen des anderen).
6. Dem anderen nicht gänzlich den Boden unter den Füßen wegziehen – sondern das Positive am anderen sehen!
7. Dem anderen ebenso viel Respekt zeigen wie sich selbst (und ebenso viel Redezeit gewähren). Respekt ist die richtige Mischung aus Ehrlichkeit und Höflichkeit!

Eine einfache Übung, mit der gegenseitige Wahrnehmung geschult werden kann, ist die folgende: Man setzt jeweils zwei Namen ein.

Eigenschaft	Ich	Person B	Person C

In die linke Kolonne 5 persönlich wichtige Eigenschaften, die man sich im Zusammenleben wünscht, eintragen. In die anderen Kolonnen in der selben Zeile bei sich selbst und bei den anderen jeweils die Noten 1–5 eintragen. 1 bedeutet, die Eigenschaft ist sehr gut vorhanden bei dieser Person, 5 bedeutet sie ist ganz ungenügend vorhanden. In den freien Platz kann man außerdem noch Erklärungen hinzu fügen. Am besten wäre es, wenn die beurteilten Personen B und C auch diese Übung machen. Wenn alle ihren Zettel ausgefüllt haben, kann man die Ergebnisse einander mitteilen.

In die Spalten **Person B** bzw. **Person C** kann man auch eintragen: **Klasse** bzw. **Lehrer**. D.h. man vergleicht sich selbst mit der Klasse (wie man die anderen insgesamt erlebt) und den Lehrer/inn/en (wie man sie insgesamt erlebt). Wieder können alle mitmachen. Gibt es eine Eigenschaft, die allen wichtig ist? Dann sollte man hier anfangen und konkret vereinbaren, wie man sie im Beziehungsalltag umsetzen kann. Welche Vereinbarung treffen wir heute? Wann sprechen wir über die Einhaltung?

Eigenschaft	Ich	Person B	Person C
höflich	2	4	3
durchsetzungsfähig	4	2	1
hilfsbereit	1	4	3

Die Grundidee zu einem derartigen Vergleich stammt vom Psychotherapeuten N. Peseschkian. Vom Psychologen G. Kelly wurde die folgende Variante angeregt:

Man nimmt wieder die oben angeführte Tabelle. Nun schreibt man aber in die erste Spalte immer wieder „Ich“ und in die beiden anderen Spalten immer wieder andere Namen von Personen, die einem wichtig sind, oder mit denen man positive oder negative Erfahrungen gesammelt hat. Nun überlegt man in jeder Zeile, ob zwei mehr miteinander ähnlich oder in irgendeiner Hinsicht mehr zusammengehörig sind als die dritte Person. Unter die Kolonne „Eigenschaft“ schreibt man die Eigenschaft, die wesentlich war für diese Einteilung.

### Ein Beispiel

Eigenschaft	Ich	Person B	Person C
kräftig	ich	Freund	Lehrer Z
Interesse für Maschinen	ich	Mutter	Taufpate
Sehr gut in Darstellender Geometrie	ich	Klassenkamerad X	Klassenkamerad Y

Die Kolonne lässt sich selbstverständlich verlängern. Man erhält damit eine Liste von Eigenschaften, die persönlich wichtig erscheinen; die so wichtig sind, dass sie unsere Beziehungen einteilen.

Mit der **ersten Variante** kann man herausfinden, wo sich jemand anders fühlt als andere, bzw. was jemand besonders wichtig ist im Umgang miteinander.

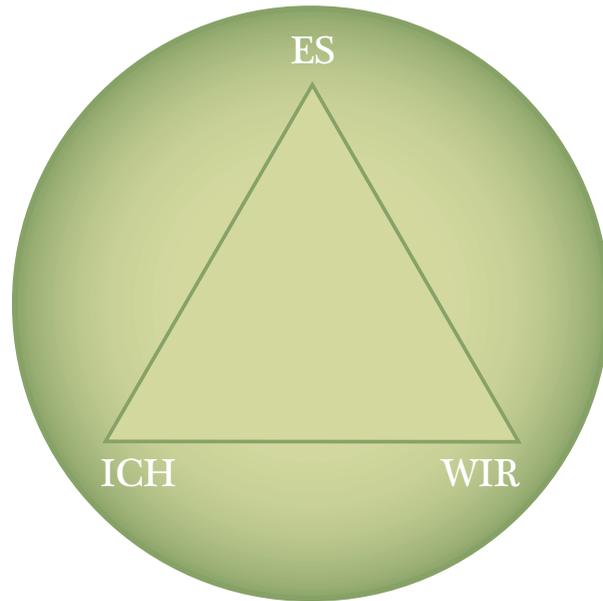
Mit der **zweiten Variante** kann man herausfinden, nach welchen Kriterien wir uns zu anderen zugehörig fühlen oder nicht.

Es geht dabei in erster Linie darum, Wege zu finden, die Eigenschaften der Beziehungsatmosphäre zu überdenken – und zu verbessern.

**Und: Wege zu finden, auf denen Einzelgänger zu anderen finden können.**

Eine leicht vermittelbare Methode zur Erzeugung einer ausgewogenen positiven Gruppenatmosphäre ist aus der Themenzentrierten Interaktion (TZI) von Ruth Cohn zu entnehmen. (Die TZI ist eine vor allem für den Umgang mit Gruppen geschaffene Methode, die hilft, Konflikte zu klären und alle Gruppenmitglieder in die Gemeinschaft verantwortlich einbindet).

Man zeichnet das folgende Dreieck auf:



Man erklärt den Kindern/Jugendlichen nun, dass das Dreieck die wichtigsten Bausteine einer guten Gruppenatmosphäre enthält: Das ICH bedeutet, dass jeder sich in der Gemeinschaft wichtig genommen fühlen kann; das WIR bedeutet, dass das Miteinander ernst genommen wird. Das ES bedeutet, dass auch immer bestimmte Themen gemeinsam zu bearbeiten sind. Alle müssen darauf achten, dass das Dreieck nicht „schief“ wird (wenn z. B. nur Gruppenarbeit (WIR) gemacht wird, aber die einzelnen Gruppenmitglieder nicht wichtig sind; oder wenn nur über Sachthemen (ES) gesprochen wird und darüber das WIR vernachlässigt wird. Oder wenn immer Einzelne sich in den Vordergrund stellen (ICH) und alles andere dadurch ins Hintertreffen gerät).

Der Kreis um das Dreieck schließlich besagt: Wir sind nicht allein, wir leben in einer gemeinsamen Welt. Daher sollten wir uns auch darum kümmern, was andere, außerhalb unserer Gemeinschaft lebende Menschen betrifft, auch andere Völker, Kulturen.



# TEIL 2

## BEGEGNUNGSRAUM IM ALLTAG – ALLTAG IM BEGEGNUNGSRAUM

S. Sellnar

### Vorbemerkung

Im Folgenden werden viele Beispiele und Informationen zum Thema Umgang mit belasteten Kindern und Jugendlichen angeführt. Diese Hinweise sind für alle gedacht, die mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben: Eltern, Lehrer, Lehrerinnen, Schulpsychologen und Schulpsychologinnen, Schulärzte und Schulärztinnen, Betreuungslehrer und Betreuungslehrerinnen u. v. a. m.

➔ Neben diesem Zeichen finden sich konkrete Hinweise und Anregungen und anschließende Übungen! Jeder Lehrer/jede Lehrerin kann überlegen, in welcher Form er/sie diese Impulse in den Unterricht bzw. in die eigene Klasse übernehmen möchte – und zwar so, dass sie allen Kindern zugute kommen, insbesondere aber den belasteten.

*Manuel ist sieben Jahre alt und in der zweiten Klasse Volksschule. Seit seinem Eintritt in die Schule ist er auffällig. Er stört den Unterricht, ist phasenweise kaum zu unterrichten. In der Klassengemeinschaft findet er keinen Platz, auf Grund seiner Besonderheiten im Verhalten lehnen ihn viele Kinder ab. Manuel hat Phasen, in denen er unausgeglichen und destruktiv ist. Zweimal schert er sich dabei mit einer Schere die Haare selbst nahezu kahl ab, malt sich die Lippen mit blauer Tinte an. Auch anderen Kindern gegenüber wird Manuel häufig aggressiv. Seine Klassenlehrerin bemüht sich sehr um Manuel. Sie hat den Eindruck, dass er viele Dinge nur ihr zu liebe tut. Er verhält sich ihr gegenüber sehr unterschiedlich, es fällt ihr schwer sein Verhalten vorherzusagen. Manuel fordert von ihr ständigen Kontakt und Zuwendung, teilweise auch sehr aggressiv und distanzlos. Wendet sie sich auch anderen Kindern zu, reagiert er zornig und attackiert phasenweise Kinder. Auf andere Lehrkräfte reagiert Manuel nicht oder provokant.*

Manuel ist ein typisches Beispiel für ein Kind, das auf Grund seiner bisherigen Lebensgeschichte und seiner Erfahrungen mit der Umwelt im Begegnungsraum Schule Probleme hat und macht. Die Gründe und Auslöser für sein Verhalten sind nicht bekannt, zeigen aber Auswirkungen. Manuel scheint im Bereich des ICH, des DU und des WIR Beeinträchtigungen aufzuweisen. Er löst dadurch vielfältige Reaktionen bei seinen Mitmenschen (Schüler, Lehrer) aus, die zum Teil rat- und hilflos reagieren und schließlich versuchen müssen, mit Manuel den Alltag gemeinsam zu bewältigen.

*Lisa ist vierzehn Jahre alt und macht keine Probleme. Sie ist eher schüchtern und fällt dadurch auf, dass sie sich zurückzieht und verschlossen ist. Sie ist häufig krank, klagt oft über Bauchschmerzen und Kopfweh. Mädchen, die bei ihr in der Nähe sitzen, wissen, dass sich Lisa selbst mit scharfen Gegenständen Wunden zufügt. Dieses Geheimnis berichten sie dem Klassenvorstand – ohne dass dieser etwas davon erzählen darf. Lisa weigert sich häufig am Turn- und Schwimmunterricht teilzunehmen, meist mit faden-scheinigen Ausreden. Alle Personen, die mit Lisa in der Schule zu tun haben, meinen, dass irgendetwas nicht stimmt.*

„Irgend etwas stimmt nicht“ – das ist ein häufiges Gefühl, das man im pädagogischen und psychologischen Alltag in Begegnungen mit Kindern und Jugendlichen spüren kann. Ein Gefühl, das verunsichert und manchmal auch Angst macht. Lisa ist hier ein Beispiel für ein Mädchen, das offensichtlich mit sich (Bereich ICH) Probleme hat. Erfahrungen im Umgang mit anderen (Bereich DU) ermöglichen es ihr nicht, sich anzuvertrauen. Auch in Gruppen (Bereich WIR) sind Auswirkungen festzustellen.

# Alltägliches Leben

Im Kontakt mit Kindern und Jugendlichen begegnen wir immer wieder jungen Menschen, die sich auffällig verhalten. Aggressionen gegen Gegenstände, sich selbst oder andere Personen, früher Drogenmissbrauch, psychische Probleme und Krankheiten sind dabei keine Seltenheit. Psychologen/Psychologinnen und Psychotherapeuten/Psychotherapeutinnen kennen mögliche Ursachen. Häufig finden sich Misshandlung, sexueller Kindesmissbrauch, Verwahrlosung, kaltes emotionales Familienklima, Vernachlässigung, Entwertung, häufige Beziehungsabbrüche, psychiatrische Erkrankung oder Drogen- bzw. Alkoholmissbrauch der Eltern, ... in der bisherigen Lebensgeschichte. Kinder, die solchen Risikofaktoren ausgesetzt waren oder sind, haben einen veränderten Lebensbezug und verhalten sich ihren bisherigen Erfahrungen und gewohnten Erwartungen entsprechend anders.

Bereits sehr junge Kinder (Neugeborene, Kleinkinder, Kindergartenkinder) nehmen ihre Umwelt wahr. Sie riechen, schmecken, fühlen, hören, sehen ihre Mitmenschen und Umgebung; sie spüren sehr genau wie ihnen begegnet wird (etwa mit Wärme und Geduld bzw. kalt und ungeduldig). Dieses Spüren, Wahrnehmen und Empfinden der Außenwelt sind Bausteine, mit welchen die Innenwelt des Kindes aufgebaut wird und die Ausgestaltung des Innenraums (in gewissem Sinne damit die Persönlichkeit) gekennzeichnet ist.

So geschaffene Räume werden mit zunehmenden Erfahrungen und Erlebnissen ein Gebäude bzw. ein System, in welchem das Bild von anderen Menschen, das Weltbild und auch das Bild von der eigenen Person eingemauert sind. Neue Außenwelten (etwa auch Schule) werden an Hand dieser Innenwelt interpretiert.

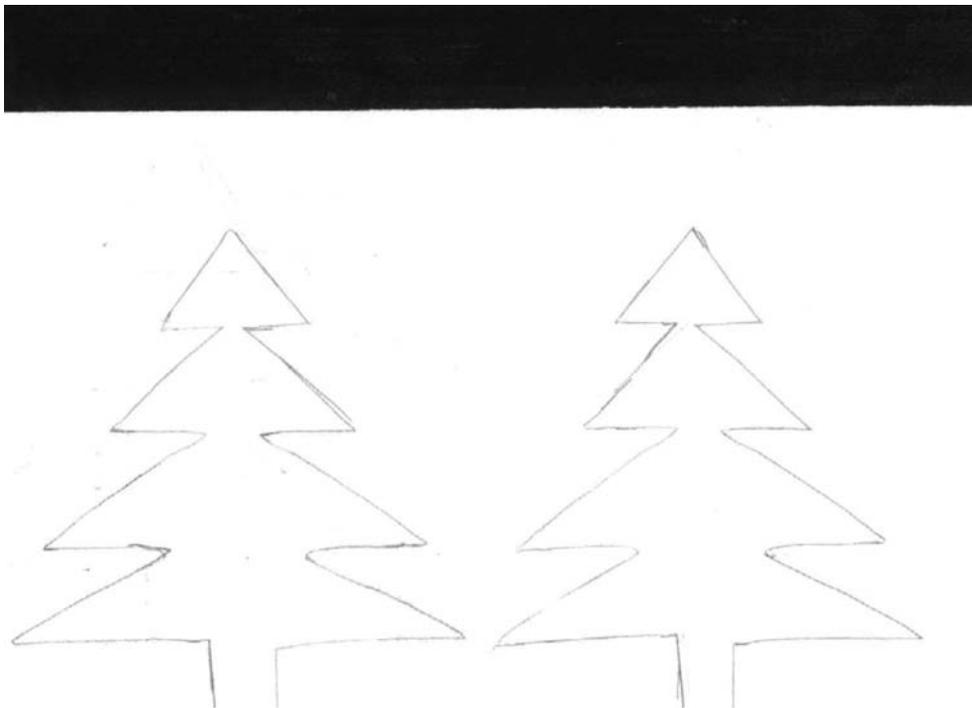
Kinder, die in einer wertschätzenden und bedürfnisgerechten Umwelt ihre Innenwelt gestalteten, unterscheiden sich in ihrem Erleben von Kindern, die etwa aus Misshandlung, Verwahrlosung und Aggression ihre Bausteine für ihre Innenwelt finden. So sind (Innen-)Welten oft so verschieden wie fremde Kulturen mit unterschiedlicher Sprache und Mentalität.

Im pädagogischen Alltag ist es nicht möglich, alle (auch traumatisierenden) Lebensbedingungen der Kinder und Jugendlichen zu kennen oder aufzudecken. Familien, in denen Misshandlungen, sexueller Kindesmissbrauch, ... stattfinden, haben meist keine „Male“. Auf Grund von Ängsten, Scham, Verdrängung und Verleugnung, Schuld- und Loyalitätsgefühlen verheimlichen oder bagatellisieren Familienmitglieder bestehende Probleme. Eine Veränderung von familiären Bedingungen ist nicht Aufgabe im pädagogischen Alltag.

Aufgabe im pädagogischen Alltag ist vorrangig, den gemeinsamen Begegnungsraum Schule zu gestalten und zu bewältigen. Häufig bedeutet dies, die Fremdsprachen zu verstehen und eine neue gemeinsame Sprache zu finden und zu vermitteln. Gelingt dies, ist oft ein wichtiger Grundstein für eine Veränderung gelegt.

Schule kann damit einen neuer Raum in der Innenwelt werden, der durch neue gesunde Bausteine Halt und Sicherheit geben kann.

Manuel wird während des Schuljahres immer auffälliger. Mittlerweile gibt es eine Stützlehrerin, die im Unterricht anwesend ist. Manuel lehnt diese ab, während einer Fortbildung seiner Lehrerin wirft er einen Sessel gegen sie. Die Schule sieht sich gezwungen, Schritte zu unternehmen. Eine nachfolgende psychologische Abklärung zeigt, dass Manuel seit seiner frühen Kindheit von seinem Vater geschlagen wird. Die Mutter, die in einem Abhängigkeitsverhältnis zum Vater steht, wird selbst lange Jahre misshandelt und traut sich nicht, sich zu trennen. Erst als sie einen anderen Mann kennenlernt, trennt sie sich von Manuels Vater. Die Trennung findet statt als Manuel fünf Jahre alt ist und verläuft sehr problematisch. Manuel hat nach der Trennung vorerst keinerlei Kontakt zu seinem Vater. Dieser beantragt unerwartet nach einem Jahr regelmäßige Besuchswochenenden, hat nun eine Beziehung zu einer sehr jungen Frau, die ein Kind von ihm erwartet. Der neue Lebensgefährte der Mutter ist beruflich viel unterwegs, die Mutter leidet unter Depressionen und fühlt sich mit Manuel überfordert. Nach einer stationären Abklärung ist Manuel wieder in seiner bisherigen Schule und Klasse.



Ein Bild von Manuel: Er malt Nadelbäume mit vorgefertigten Schablonen, was sein Bedürfnis nach Struktur und Halt bzw. seine Ängste, ohne diese zu zerfallen, widerspiegelt. Der schwarze Balken stellt einen Gewitterhimmel dar, der auf die Bäume zu fallen droht. Dies entspricht Manuels Erleben seiner bedrohlichen Familiensituation.

(Eine Interpretation von Zeichnungen kann nur im Kontext mit der psychotherapeutischen oder psychologischen Betreuung durch Fachpersonal erfolgen! Vor vorschnellen und aus dem Zusammenhang gelösten Eindrücken durch Laien muss gewarnt werden!)

## Bausteine der Innenwelt

Menschen reagieren auf dramatische Erlebnisse in unterschiedlicher Art und Weise. In den meisten Fällen versuchen sie jedoch ihr Über-Leben zu sichern. Viele Verhaltensweisen und Besonderheiten von Kindern und Jugendlichen, die Misshandlungen, Missbrauch u. ä. ausgesetzt waren, können als Überlebensstrategie und Anpassungsprozess verstanden werden. Diese ermöglichen es ihnen, in krisenhaften Situation noch in irgendeiner Form reagieren zu können bzw. am (psychischen) Leben zu bleiben.

Kinder, vor allem sehr junge Kinder, haben entwicklungspsychologisch, aber auch existenziell keine Möglichkeit aus einer schwierigen Familiensituation von sich aus auszuweichen. Je weniger die Möglichkeit für diese Kinder gegeben ist, real zu handeln oder die Situation (zumindest scheinbar) zu beeinflussen, desto mehr werden psychische Lösungen (z. B. völliges Abschalten, Leben in einer Traumwelt, ...) gesucht.

Häufig reagieren solche Kinder für uns nicht nachvollziehbar oder sind für uns nicht erreichbar. Sie handeln auf Grund der Bausteine und Strategien ihrer Innenwelt. Für viele Kinder ist es etwa besser auszuhalten, einen Anlass für Schläge/Bestrafung zu liefern, als ohne Grund, uneinschätzbar, wahllos und allein wegen der bloßen Existenz misshandelt/bestraft zu werden. Plötzlich auftretende Verhaltensauffälligkeiten in „ruhigen“ Zeiten können etwa die Folge sein.

Folgende Bausteine in der Innenwelt traumatisierter Kinder und Jugendliche beeinflussen den pädagogischen Alltag und schaffen Besonderheiten, die einander wechselhaft bedingen:

### Sprachlosigkeit

In Krisenzeiten herrscht oft Schweigen, es fehlen die Worte. Statt dessen folgen – gerade bei Misshandlungen – körperliche Re-Aktionen. Bei sexuellem Kindesmissbrauch ist zudem das Geheimnis eine Last, die sprachlos machen muss. Drohungen des Täters, Abhängigkeit und Unglauben der Umgebung machen Kinder und Jugendliche mundtot. Die Umwelt, nahe Bezugspersonen und auch Täter leugnen und schweigen.

Kinder und Jugendliche brauchen viele Versuche, um gehört zu werden. Oft fehlt die Sprache und Signale werden nicht gesehen oder nicht beachtet. Viele Kinder werden nie gehört oder setzen keine Zeichen mehr.

Können Kinder und Jugendliche das Schweigen brechen, kommt oft eine Lawine ins Rollen. Nichts ist dann mehr wie zuvor. Diese Entwicklung wird von den meisten betroffenen Familien, in denen Misshandlung, Missbrauch u. ä. stattfinden, nicht als positive Chance für eine dringend notwendige Veränderung gesehen, sondern als massive Bedrohung für die Erwachsenen erlebt. Die Verantwortung für diese aufgetretene Krise, so denken oft betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene, liegt bei den Kindern. Diese liegt jedoch unmissverständlich bei den Menschen, die Handlungen gegen Kinder und Jugendliche setzen (sie misshandeln, missbrauchen)!



Bild eines 12-jährigen Bubens, der wegen Vernachlässigung und Verdachtes von sexuellem Kindesmissbrauch fremd untergebracht wurde. Diese im Verlauf einer psychotherapeutischen Betreuung entstandene Zeichnung zeigt ein Haus, das auf einer kurzgeschnittenen Wiese steht. Kinder bringen einen Felsen auf den Hügel. Wenn die Kinder den Felsen rollen lassen – so erzählt das Kind – wird das Haus zerstört. Das Haus wirkt wie ein Gesicht mit zugleibtem Mund.

„Den Stein ins Rollen bringen ...“ ist eine bekannte und hier sehr aussagekräftige Redewendung. Das Haus kann als Symbol für das Elternhaus, aber auch für die eigene Person gesehen werden. In diesem Zusammenhang widerspiegelt der zugleibte Mund die Sprachlosigkeit, ebenso wie das Unvermögen und das Verbot zu Sprechen.

(Eine Interpretation von Zeichnungen kann nur im Kontext mit der psychotherapeutischen oder psychologischen Betreuung durch Fachpersonal erfolgen! Vor vorschnellen und aus dem Zusammenhang gelösten Eindrücken durch Laien muss gewarnt werden!)

## Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit

Geschehen Dinge, die man nicht beeinflussen kann, fühlt man sich hilflos. Glaubt man, dass dieser Zustand nicht zu ändern ist, wird man hoffnungslos. Misshandelte Kinder erleben häufig, dass sie – ohne erkennbaren Grund – geschlagen werden. Ihr eigenes Handeln ist bedeutungslos, wenn etwa der Vater zu viel getrunken hat. Sein Verhalten ist nicht einschätzbar, sie sind ihm ausgeliefert. Da sie diese Situation nicht verändern können, werden sie zunehmend ohne Hoffnung. Missbrauchte Kinder sind dem Täter ebenso ausgeliefert.

Das Gefühl von Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit ist sehr belastend und wirkt schädigend auf die psychische Entwicklung. Kinder setzen oft Handlungen oder schaffen sich Phantasien, um diese belastenden Gefühle zu vermeiden. Sie verhalten sich provokant, damit die Schläge gerechtfertigt scheinen oder vermuten, dass irgendetwas an ihnen nicht stimmt.

## Schuldgefühle oder mangelndes Schuldverständnis

Viele Kinder fühlen sich schuldig. Dies wird häufig durch Erwachsene bestätigt, die sich dadurch ihrer Verantwortung zu entziehen versuchen. So etwa geben misshandelnde Erwachsene an, dass ihr Kind regelrecht nach den Ohrfeigen gebettelt hätte. Missbrauchende Erwachsene führen häufig an, dass das Kind oder der Jugendliche es gewollt hätte oder sich so verhalten hat, dass man daraus schließen konnte, dass die Missbrauchshandlungen gewünscht waren.

Werden Schuldgefühle so stark, dass sie zerstörend wirken oder herrscht ein fehlendes moralisches Verständnis in der Ursprungsfamilie vor, kann das Schuldverständnis scheinbar fehlen oder nur mangelhaft ausgebildet sein.

## Gefühlsverwirrung und Gefühlsverlust

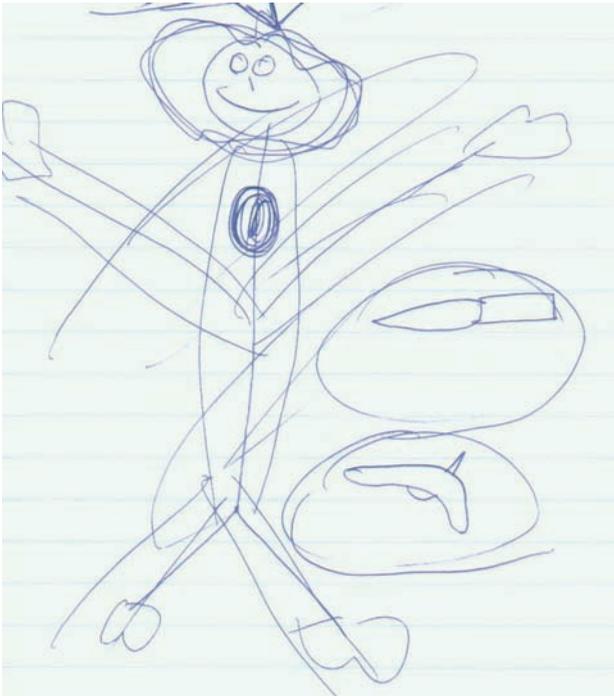
Werden Gefühle erlebt, die nicht mehr aushaltbar zu sein scheinen, werden diese „ausgeschaltet“. Dieser Mechanismus ähnelt dem Schockzustand bei starker Angst oder großen Schmerzen (wie etwa bei sexuellem Kindesmissbrauch). Kinder, die massiven Belastungen ausgesetzt sind, können mit den auftretenden Gefühlen nicht umgehen. Sie benötigen Hilfe und Unterstützung von Erwachsenen, um diese zu bewältigen.

In Fällen, in denen die Belastungen von den unmittelbaren Bezugspersonen ausgehen, findet diese Hilfe nicht statt, im Gegenteil erfolgt ein massiver Vertrauensbruch.

Bei emotionaler Kälte oder Vernachlässigung können Gefühle nicht erlernt und richtig eingeordnet werden.

## Minderwertigkeit und Größenphantasien

Viele Kinder und Jugendliche fühlen sich wertlos. Ihre nahen Bezugspersonen vermitteln ihnen, dass sie keine Bedeutung haben, lästig sind oder nur manchmal erwünscht sind. Diese Erfahrungen hinterlassen Spuren und beeinflussen die Haltung zu sich und zur Umwelt. Werden Gefühle von Minderwertigkeit, von Nutzlosigkeit oder von Ablehnung übermächtig, müssen Schutzmechanismen aktiv werden, da ein Weiterleben in diesen Familienbeziehungen notwendig ist. Größenphantasien oder aber auch Gleichgültigkeit gegenüber Werten können die Folge sein.



Selbstbild eines 12jährigen Mädchens, das in der Familie misshandelt wurde. Waffen, Verletzungen und undifferenziertes, achtloses Zeichnen, sowie das abschließende „Überkritzeln“ widerspiegeln die Problematik.

(Eine Interpretation von Zeichnungen kann nur im Kontext mit der psychotherapeutischen oder psychologischen Betreuung durch Fachpersonal erfolgen! Vor vorschnellen und aus dem Zusammenhang gelösten Eindrücken durch Laien muss gewarnt werden!)

## Probleme mit Körper und Körperkontakt

Misshandlungen und insbesondere sexueller Missbrauch beeinträchtigen die körperliche Unversehrtheit. Oft wird der eigene Körper auf Grund der Erfahrungen, die durch ihn gemacht werden, abgelehnt und gehasst. Der Zugang zum eigenen Körper wird gestört, Körperkontakt kann immer als gefährlich erlebt werden. Selbstverletzungen, (psycho-somatische) Erkrankungen, Essstörungen sind nur einige wenige Beispiele, wie sich diese Problematik äußern kann.

## Sehnsucht nach der heilen Welt und Loyalitätsgefühle

Auf Grund ihrer tatsächlichen Abhängigkeit zu ihren Eltern und unerfüllten Bedürfnissen herrscht bei Kindern, aber auch bei Jugendlichen und Erwachsenen eine große Sehnsucht nach elterlicher Liebe und Fürsorge. Trotz massiver Misshandlungen sind Kinder meist zu ihren Eltern loyal und fühlen sich ihrer Familie zugehörig.

## Ambivalenzen

Durch verwirrende Ereignisse und Gefühle, Doppelbotschaften und Situationen ohne Perspektive, so wie durch Loyalitätsgefühle, entstehen immer wieder ambivalente Handlungen und Empfindungen. Kinder und Jugendliche schwanken häufig in ihrem Verhalten und ihren Gefühlen zwischen Extremen. Sie denken oft nur in Schwarz-Weiß, finden schwer Kompromisse bzw. ihre „Mitte“. Für die Umwelt sind diese Schwankungen schwer nachvollziehbar, sie erfolgen häufig ohne scheinbaren (äußeren) Anlass. Werden diese Ambivalenzen nicht bewältigt, können Verwirrung, Verzweiflung, Zerrissenheit und Orientierungslosigkeit die Folgen sein.

## Der „sechste Sinn“

Kinder und Jugendliche, die in ihrer frühen Kindheit traumatisierenden Familiensituationen ausgesetzt waren, entwickeln oft sehr feine Antennen, um mögliche Gefahren bereits im Entstehen wahrzunehmen (z. B. leichte Spannungen zwischen den Eltern). Diese Sensoren werden meist nicht bewusst wahrgenommen, sind aber wichtige Überlebensstrategien. In weiterer Folge spüren diese Kinder auch im Umgang mit anderen Erwachsenen bereits kleine Schwankungen in Stimme, Mimik oder Körperhaltung. Sie haben gelernt, diese Signale als Warnsignale zu interpretieren. Sie reagieren deshalb in heftiger Form zu einem Zeitpunkt, zu welchem anderen Kinder bzw. Menschen noch keine Besonderheiten auffallen.

Zum Teil spüren Kinder und Jugendliche mit diesem „sechsten Sinn“ auch sehr treffsicher Schwächen und Unsicherheiten anderer Personen. Auf Grund ihrer eigenen Erlebnisse nutzen sie dieses Gespür aber auch, um andere zu provozieren oder zu verletzen. Diese Antennen stellen an sich aber eine wichtige Ressource und Ausgangsbasis für eine Veränderung im Umgang mit Menschen dar.

## Stärke und Überlebenswille

Kinder und Jugendliche, die massive Belastungen und Traumatisierungen erfahren mussten, und dennoch eine öffentlichen Schule besuchen, verfügen über eine große Stärke. Es gelingt ihnen, trotz großer Gefährdungen, zu überleben und in gewissen Bereichen Leistungen zu erbringen. Sie haben einen Weg gefunden, um verschiedene Welten (Familie/Innenwelt/öffentliche Welt) mit unterschiedlichen Werthaltungen zu verbinden.

Ihre Verhaltensweisen stellen einen Anpassungsprozess dar, der möglicherweise einem anderen Kind unter diesen Bedingungen nicht gelungen wäre. Das Bewusstmachen dieser Stärke und das Vertrauen darauf sollen Mut machen und Zuversicht auf die Möglichkeit einer positiven Veränderung vermitteln.

*Lisa geht immer gerne in die Schule. Nach Fehlstunden haben die Lehrkräfte den Eindruck, dass Lisa sich freut, wieder da zu sein. In einem Aufsatz schreibt sie, dass sie in der Schule frei ist und nur dort leben kann. Dennoch ist sie in der Schule sehr zurückgezogen, lächelt selten.*

*Durch eine einfühlsame Lehrerin und eine gute Klassengemeinschaft gestärkt, vertraut sich Lisa der Schulärztin an. Lisa berichtet, dass sie und ihr jüngerer Bruder seit vielen Jahren von ihrem Onkel, dem Bruder ihres Vaters, missbraucht werden. Lisa erzählt, dass ihr Onkel sie auch in Anwesenheit ihrer Eltern missbraucht hat. Ihre Eltern leugnen alles. Lisa hat Angst, ihre Familie zu zerstören.*

*Die Schulärztin schaltet das Amt für Jugend und Familie ein. Die betreuende Sozialarbeiterin bespricht mit Lisa eine Fremdunterbringung. Lisa stimmt zu und kommt vorerst in ein Heim.*

*Während der Unterbringung schreibt Lisa ein Lied, das ihre ambivalenten Gefühle und Sehnsüchte widerspiegelt.*

### **Ein Lied**

Ich kam lächelnd zu euch, ich hab euch alle gesehn,  
ich dachte mir, ja super, es wär gar kein Problem.

Doch nach einiger Zeit war ich für nichts mehr bereit,  
dann kam was kommen musste – die Traurigkeit.

Ich bekam Heimweh, für mich wurde es zum Problem,  
ich will nach Hause gehn, denn dort ist es wunderschön.

Doch ich höre immer „Nein, das geht leider nicht.  
Wir müssen dich vor deinem Onkel schützen,  
das ist unsere Pflicht“.

Doch ich will nach Hause gehn, mir fehlt meine eigene Welt.  
Dort ist es so wunderschön, meine Welt, die für mich nur zählt.

Bei meiner Familie wohnen, in meine Schule gehn!  
Hier gefällt es mir nicht mehr!

Mein Leben ist kaputt,  
ob ich noch eine Zukunft hab, das weiß nur der Gott!

Ich sage, bitte lasst mich nach Hause gehn,  
ich will zu meiner Familie stehn, ist das so ein Problem?

Nein heißt es.

In meinen Augen ist es kein Problem.  
Wenn ich nach Hause komm, ist wieder alles schön.  
Die anderen sagen: „Kopf hoch, Mädchen, bald ist es vorbei,  
du wirst es schon schaffen, wir helfen dir dabei!“

Ich versuch es! Aber wenn es nicht geht,  
bitte lasst mich nicht im Stich,  
wichtig ist, dass ihr zu mir steht!

Dann sagt ihr: „Alles klar, wie wunderbar,  
wir helfen dir dabei, dann bist du bald wieder frei.“

*Es folgen Gerichtsverhandlungen und damit verbundene Zeugenaussagen. Lisa kann die Spannung nur schwer aushalten. Sie verletzt sich selbst, verweigert an manchen Tagen den Schulbesuch. Sie fühlt sich für die derzeitige Situation und für ihren jüngeren Bruder verantwortlich.*

*Gemeinsam mit Lisa wird versucht, eine für sie aushaltbare Lebenssituation zu schaffen. Sie wechselt auf ihren Wunsch in eine kleine Wohngemeinschaft für Mädchen, von welcher aus Lisa ihre bisherige Schule besuchen kann.*

# Neue Bausteine im gemeinsamen Alltag

Erlebnisse und Erfahrungen der Vergangenheit prägen die Gegenwart. Kinder und Jugendliche reagieren entsprechend ihrem Innenleben. Sie setzen damit Handlungen, die manchmal „ver-rückt“ erscheinen, nicht dem sonst üblichen Verhalten entsprechen. Kinder mit traumatischen Erlebnissen erwarten eine Umwelt, die ihren bisherigen Erfahrungen entspricht und handeln danach.

Im Kontakt mit diesen Kindern ist es wichtig, so zu reagieren, dass neue Erfahrungen gemacht werden können. Folgende Haltungen und Ansätze helfen, den gemeinsamen Alltag zu bewältigen, bedeuten neue Bausteine für die Innenwelt und ebnen den Weg für Veränderung:

## Struktur und Halt geben

In Familien, in denen Misshandlung, sexueller Kindesmissbrauch, Verwahrlosung, ... vorherrschen, finden sich häufig unklare Strukturen und nicht einschätzbare Situationen und Reaktionen der Erwachsenen. Vorhandene Regeln sind meist nicht klar ausgesprochen und werden teilweise sehr streng, teilweise jedoch gar nicht sanktioniert.

Für einen gemeinsamen Alltag ist es deshalb hilfreich, neue Strukturen zu schaffen. Diese geben Sicherheit und Halt, Reaktionen des Mitmenschen werden einschätzbar. Dies stellt einen gewissen Schutz dar. So können neue Richtlinien im Umgang mit sich und anderen erarbeitet werden.

Struktur und Halt können gefördert werden durch:

### ➔ Klare und transparente Regeln

Gemeinsame Gruppen-/Klassenregeln für den Umgang miteinander können von Kindern und Jugendlichen überlegt, diskutiert und vereinbart werden. Die aktive Auseinandersetzung mit den Inhalten erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass sich alle Beteiligten bemühen, diese Vereinbarungen einzuhalten. Eine Veränderung bzw. Ausweitung kann nach neuen, gemeinsamen Gesprächen erfolgen.

Als Grundprinzip für diese Regeln sollte gelten: einfach, klar und realistisch durchführbar. Die Gestaltung der gemeinsamen Vereinbarungen durch Kinder und Jugendliche ist dabei ein wichtiger Prozess (etwa als Vertrag am schwarzen Brett, ...).

### ➔ Rituale und klare Abläufe

Ein klar strukturierter Ablauf des gemeinsamen Alltags ist hilfreich und bietet Halt. So bedeutet etwa das Ritual einer Begrüßung eine vertraute Situation. Es können alltägliche Abläufe gefunden werden, aber auch für mögliche Krisensituationen bereits im Vorfeld überlegt werden.

### ➔ Kennen der Folgen

Eine Vereinbarung, welche realistischen Folgen ein Nicht-Einhalten der Regeln hat, bietet Sicherheit und Orientierung.

### ➔ Konsequentes Einhalten der gemeinsamen Vereinbarung

Regeln und Folgen bei Verstößen müssen konsequent (immer, entsprechend der Vereinbarung und möglichst unmittelbar) eingehalten werden, um wirksam sein.

## Beispiel für Struktur und Halt

### Das Wiedergutmachen

*Wiedergutmachen bedeutet bei Auseinandersetzungen die Möglichkeit anzubieten und zu fördern, dass ein Schaden durch den Verursacher/die Verursacherin wieder gut gemacht wird. Dies ist nicht nur in materieller Hinsicht möglich.*

*Kinder und Jugendliche, die ein Beziehungstrauma erlitten haben, verhalten sich häufig aggressiv. Sie provozieren Situationen, in denen sie sich mächtig oder ohnmächtig fühlen. Strafen wiederholen oft Ohnmachtsgefühle und schüren Aggressionen. Die Gelegenheit zum Wiedergutmachen kann dieses Prinzip durchbrechen und Schuld- bzw. Angstgefühle (als mögliche aggressionsfördernde Bedingungen) verringern. Auch die geschädigte Person kann durch das Wiedergutmachen mit dem Gefühl der Ohnmacht besser umgehen.*

*Zudem fördert die Gelegenheit zum Wiedergutmachen die Fähigkeit zur Übernahme von Verantwortung für eigenes aggressives Handeln.*

*Das Wiedergutmachen muss für alle Beteiligten in einer zumutbaren und realistischen Form geschehen. Zu Beginn ist dafür die Hilfe des Erwachsenen nötig, allerdings sind Vorschläge der Kinder und der Jugendlichen stets ernst zu nehmen.*

*Wichtig ist, dass die Gelegenheit zum Wiedergutmachen kein Zwang ist, sondern ein Angebot.*

#### Vereinbarung für unsere Klasse

### Mach es wieder gut

Wenn wir mit jemandem streiten, oder jemanden verletzen oder etwas kaputt machen, können wir es wieder gut machen.

Wir überlegen wie und nehmen es ernst.

Datum

Unterschrift

## Grenzen wahren

Kinder mit traumatischen Erlebnissen erfahren oft Grenzverletzungen (Schläge, Missbrauch). Im Umgang mit ihnen ist das Akzeptieren und Bewahren von Grenzen ein wesentlicher Faktor.

Dies kann gefördert werden durch:

### ➔ **Wahren von respektvoller Distanz**

Einige Kinder mit traumatischen Erlebnissen reagieren auch bereits bei kleinen Berührungen auffällig. Andere hingegen verhalten sich distanzlos. Eine respektvolle Distanz ist hilfreich, bedeutet aber nicht Berührungsscheu oder Ablehnung.

### ➔ **Bewusst Machen des eigenen Raums**

Manche Kinder und Jugendliche neigen dazu, sich regelrecht auszubreiten, andere lassen sich hingegen einengen und zurückdrängen. Dies kann oft bereits beim Arbeitsplatz beobachtet werden. Hier ist es von Bedeutung, den eigenen Raum, der zusteht, bewusst zu machen. Kinder und Jugendliche können gefordert werden, ihren Raum auszufüllen und auf die Grenze zum anderen respektvoll zu achten.

### ➔ **Bewusstes Wahrnehmen von Nähe und Distanz**

Die richtige Nähe zu einem anderen Menschen für sich zu finden, ist schwierig. Zum Teil spüren Kinder und Jugendliche mit Beziehungstraumen eine große Sehnsucht nach Nähe. Diese Nähe wird aber häufig gleichzeitig als Bedrohung erlebt und kann nur schwer ausgehalten werden. Einige Kinder und Jugendliche lassen aus unterschiedlichsten Gründen (Ängste, Gehorsam, Scham, ...) wiederum viel zu viel Nähe zu, obwohl sie es bereits als sehr unangenehm erleben. Sie finden keine Möglichkeit, die richtige Distanz zu bewahren.

## Übung zu Nähe und Distanz

*Die Kinder teilen sich in zwei gleich große Gruppen. Sie stellen sich aneinander gereiht in einiger Entfernung gegenüber auf. Damit steht nun jedes Kind mit einem Abstand von einigen Metern einem anderen Kind gegenüber. Die eine Gruppe von Kindern bleibt stehen, die andere Gruppe geht auf diese zu. Jedes stehende Kind soll nun darauf achten, wie nahe das sich nähernde Kind kommen darf. Ist es nahe genug, ruft es Halt oder Stopp. Das Kind bleibt stehen und die so entstandene Nähe bzw. Distanz kann bewusst gesehen werden.*

*Diese Übung kann mehrmals mit jeweils anderen Kindern wiederholt werden. Sie eignet sich, um zu vermitteln, dass manche Personen sehr nahe kommen dürfen (etwa sehr gute Freunde), andere lieber weiter weg stehen bleiben sollten. Es ist unbedingt darauf zu achten, dass die Halt/Stopp-Signale wahrgenommen und eingehalten werden. So erlebt das Kind, dass es die richtige Entfernung für sich entscheiden darf.*

## Sprache finden

Im neuen Begegnungsraum kann eine neue Sprache gefunden werden. Vorerst muss man die Sprache (oder Sprachlosigkeit) des Kindes verstehen lernen, sie gleicht häufig einer unbekannt Fremd-Sprache. Langsam kann gegenseitiges Verstehen entstehen, durch viele Wiederholungen kann eine neue gemeinsame Sprache gebildet werden. Sie stellt die Grundlage für eine veränderte Kommunikation im gemeinsamen Alltag dar (z. B. Konfliktbewältigung durch Reden statt zu Schlagen).

Das Finden einer neuen Sprache wird ermöglicht durch:

### ↪ Vielfältige Gesprächssituationen und Angebote

Zeit für Gesprächsrunden, beispielhafte Modelle für positive Konfliktgespräche unter Kindern, ... können hier ebenso hilfreich sein, wie anonyme Umfragen bzw. schriftliche Möglichkeiten (z. B. „Sorgenkasten“, ...).

### ↪ Erweitern des Wortschatzes

Viele Kinder und Jugendliche mit traumatischen Erlebnissen oder mangelhafter Versorgung haben einen geringen Wortschatz. Aus unterschiedlichen Gründen fehlen Worte. So haben sie Probleme sich auszudrücken, zum Teil können sie Körperteile nicht benennen oder können keine Gefühle ausdrücken. Hier kann es helfen, diese Lücken gezielt zu schließen, um eine neue Sprache und eine neue Kommunikationskultur zu fördern.

### ↪ Trocken-Training für Konfliktsituationen

In Situationen mit Aggression oder Angst treten oft zusätzliche Sprachprobleme auf. Eine veränderte Reaktion (etwa Worte statt Schläge) kann bereits im Vorfeld, d. h. ohne Krisensituation, „geprobt“ werden.

### ↪ Aufmerksames Zuhören

Manche Kinder und Jugendliche vermitteln den Eindruck, dass sie nicht zuhören können. Sie sind nicht in der Lage, sich auf die Inhalte des Gegenübers einzulassen und entsprechend zu reagieren. Eine gemeinsame Kommunikation ist damit kaum möglich. Das aufmerksame Zuhören kann geübt werden.

## Echo-Übung

*Ein Kind oder ein Jugendlicher erzählt etwas. Sein Gegenüber antwortet nicht sofort, sondern wiederholt zuvor, was er gehört hat. Erst wenn geklärt ist, dass das Gehörte dem Gesagten entspricht, folgt eine Antwort. Diese wird nun erneut wiederholt usw.*

## Worte raten

*Ein Kind oder ein Jugendlicher spricht ein Wort oder eine Redewendung aus, von dem es/er annimmt, dass es niemand kennt. Die anderen Kinder bzw. Jugendlichen müssen nun raten, was es bedeuten kann und andere Begriffe dafür finden. In der Folge können Vokabelhefte/Wörteransammlungen angelegt werden.*

## Gefühle erarbeiten

Verwirrende und belastende Gefühle können nur schwer oder kaum verarbeitet werden. Meist bedarf es einer längeren psychotherapeutischen Betreuung, um die Gefühle zu stabilisieren, zu erkennen und zu bewältigen.

Auch alltägliche Kleinigkeiten lösen Gefühle aus, die auf einer bereits geschehenen Beeinträchtigung schwer einzuordnen sind. Viele Gefühle werden fehl interpretiert (etwa als Bedrohung). Im Alltag ist es hilfreich, Unterstützung bei Gefühlen im „Hier und Jetzt“ zu haben.

Dabei hilft:

### ➡ Aussprechen von eigenen Gefühlen

Kinder und Jugendliche können oft eigene Gefühle nicht differenzieren oder ausdrücken. Die erwachsene Person kann eigene Gefühle ansprechen und dient so als Modell. Zudem besteht die Möglichkeit, vorsichtig Vermutungen anzustellen, wie sich das Gegenüber (das Kind/der Jugendliche) möglicherweise nun fühlen könnte. Auch kann einfühlsam vermittelt werden, wie man sich selbst fühlen würde, wenn man in einer ähnlichen Situation wäre. Wichtig ist hier, immer wieder verschiedene Gefühlszustände anzubieten, so dass das Kind bzw. der Jugendliche wählen und damit differenziert wahrnehmen lernt.

### ➡ Fördern des Wortschatzes zu Gefühlen

Um ein differenziertes Wahrnehmen und Ausdrücken von Gefühlen zu fördern, können unterschiedliche Worte für Gefühle gefunden werden. So können Kinder und Jugendliche verschiedene Ausdrücke für z. B. Freude finden, bzw. überlegen, auf welche unterschiedliche Weise sie gezeigt werden kann (etwa auch pantomimisch).

### ➡ Fühlen und Spüren

Viele Kinder und Jugendliche mit Beziehungstraumen finden nur schwer Zugang zu ihren Gefühlen. Be-Fühlen und Er-Spüren von verschiedenen Materialien ist für sie förderlich. So können etwa verschiedene Gegenstände (rauh, weich, hart, warm, kalt, ...) be-griffen werden, unterschiedliche Geräusche oder Gerüche angeboten werden. In der Beschreibung wie es sich anfühlt bzw. wie es wirkt (angenehm, unangenehm, laut, ...) lernt das Kind/der Jugendliche sein Empfinden zu differenzieren.

## Mögliche Übungsmaterialien

*Das Kind kann die dargestellten Gefühle erraten bzw. benennen. Es kann Situationen beschreiben, in denen es sich so gefühlt hat. Mit den unterschiedlichsten Gesichtern können Stimmungsbarometer erstellt werden, mit dessen Hilfe das Kind sein aktuelles Gefühl darstellen kann.*



## Vertrauen fördern

In einem durch oben genannte Faktoren getragenen Begegnungsraum können Voraussetzungen geschaffen werden, Vertrauen zu fördern. Kinder mit Beziehungstraumen haben nie oder nur eingeschränkt gelernt, Vertrauen zu sich oder anderen zu fassen. Sie sind meist misstrauisch und oft sehr vorsichtig. Häufig wurde ihnen nicht geglaubt, wenn sie versucht haben, sich anzuvertrauen.

Es ist wichtig, diesen Kindern Vertrauen zu schenken. Personen und ihre Handlungen wahr- und ernstnehmen, ihren Schilderungen glauben, ihre Situation und Gefühle zu verstehen versuchen, sie zu begleiten und Hilfe zu leisten sind vertrauensfördernde Haltungen.

## Wer hilft-Fragebogen

*Viele Kinder sind ratlos, wen sie vertrauen oder um Hilfe bitten können. An Hand von Fragebogen können Kinder überlegen, wer ihnen hilft bzw. helfen könnte. So finden sich meist einige Personen (Freunde, Lehrkräfte, Verwandte, Institutionen, ...), die für Kinder doch erreichbar sind. Zudem können im Anschluss die verschiedenen Hilfsmöglichkeiten durchgesprochen werden und durch zusätzliche Angebote erweitert werden.*

### **Mögliche Fragen für diesen Fragebogen:**

*Wer tröstet dich wenn du traurig bist?*

*Wohin kannst du gehen, wenn du dich verletzt hast?*

*Wer hilft dir, wenn du dich nicht auskennst?*

*Hast du einen Freund, dem du alles erzählen kannst?*

*Bist du ein Freund, dem man alles erzählen kann?*

## Perspektiven erarbeiten

Entgegen Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit können neue Ziele und Perspektiven wirken. Sie geben Kraft und Orientierung für die Zukunft. Im Alltag können realistisch erreichbare Ziele (etwa Schulleistungen, Vereinbarungen) gefasst werden. Diese können hinsichtlich Nah-, Mittel- und Fernziele unterteilt werden. Das bewusste Erreichen dieser Ziele und die gemeinsame Freude an diesem Erfolg steigert das Selbstwertgefühl und die Handlungskompetenz. Das Gefühl, nichts beeinflussen zu können, und ohne Hoffnung hilflos ausgeliefert zu sein, verändert sich und ein negativer Kreislauf wird unterbrochen.

## Freisprechen von Schuld und fördern von Verantwortlichkeit

Kinder mit traumatischen Erlebnissen fühlen sich oft schuldig und schämen sich für Dinge, die sie erlebt haben. Unbedingte Notwendigkeit ist, diese „verrückten“ Schuldgefühle immer wieder in die Realität zurecht zu rücken. Insbesondere bei sexuellem Kindesmissbrauch ist das Kind, egal welche Handlungen oder Aussagen es setzte, niemals schuld!

**Verantwortlich hierfür ist die Person, die das Kind missbraucht/misshandelt.**

# Gefahren für Helfer/innen und Schutzmaßnahmen

Im pädagogischen Alltag wird oft aus dem Gefühl, dass „irgendetwas nicht stimmt“ die traurige Gewissheit, dass „Etwas“ im Leben des Kindes geschehen ist. Gibt es einen gemeinsamen Begegnungsraum (Klasse), kann in diesem eingewirkt werden. Hier gibt es viele Möglichkeiten, dem Kind im Alltag Chancen zu bieten, neue Erfahrungen zu gewinnen und sich verändert zu verhalten.

Kinder und Jugendliche, die traumatische Erlebnisse erfahren haben, benötigen oft mehrere klar definierte Begegnungsräume. So ist oft neben einer neuen Erfahrung in der Schule eine psychotherapeutische Betreuung oder (über einen bestimmten Zeitraum hinweg) ein verändertes Lebensumfeld nötig. Jede Person (Mutter und Vater, Lehrer und Lehrerin, Psychologe und Psychologin, Psychotherapeut und Psychotherapeutin, Sozialarbeiter und Sozialarbeiterin, Kriminalbeamter und Kriminalbeamtin, ...) ist für ihren Bereich verantwortlich und zuständig. Eine Vermischung der unterschiedlichen Begegnungsräume ist nicht hilfreich, sondern verwirrt und kann eine positive Veränderung letztlich verhindern.

Daher: **Klarheit über Kompetenzen schaffen und trennen!**

Auch das eigene Handeln hat Grenzen. Oft entsteht durch die große Hilflosigkeit die Phantasie eines Retters, der die gesamte Situation blitzartig und nachhaltig verändern kann. Dies entspricht nicht der Realität. Veränderungen und teilweises Heilen entstandener Wunden brauchen Zeit und förderliche Bedingungen. Falsche Versprechungen, nicht gesicherte Zusagen und völliges Eintauchen in die Geheimniswelt des Kindes gefährden neu entwickeltes Vertrauen und Hoffnung.

Daher: **Die Realität anerkennen und zur Seite stehen; ehrlich und transparent handeln!**

Durch Verständnis und Vertrauen wird das Ausmaß von schädigenden Erlebnissen und Erfahrungen rasch sichtbar. Im Begegnungsraum entsteht Nähe, die positiv wirken kann. Sie birgt aber auch die Gefahr, dass Gefühle des Kindes übernommen werden. So kann ein Kind, das sich hilflos und hoffnungslos fühlt, in helfenden Personen eben diese Gefühle bewirken oder auslösen. Aggressive Kinder fördern die Aggressivität im Gegenüber. Durch Nähe können sonst übliche, sinnvolle Grenzen verwischen. Daher: **Das richtige Ausmaß von Nähe und Distanz bewusst suchen und Grenzen achten!**

Ist das Wohl eines Kindes gefährdet, muss es geschützt werden. Treten Verdachtsmomente auf, dass ein Kind misshandelt oder missbraucht wird, ist Handeln unumgänglich. Dennoch ist gerade ein rasches Handeln auf eigene Faust – oft über den Kopf des betroffenen Kindes hinweg – eine große Gefahr. Kinderschutzinstitutionen helfen, die Verdachtsmomente und möglichen Reaktionen zu reflektieren, informieren und stehen bei.

Daher: **Hilfe suchen und nicht alleine handeln!**

In der Begegnung mit misshandelten und missbrauchten Kindern treten viele Gefühle auf. Fassungslosigkeit, Leugnen, Hilflosigkeit, Ohnmacht, Wut sind nur einige Beispiele. Engagierte Personen laufen Gefahr, ihr bisheriges Weltbild zu verändern und nahezu dem der betroffenen Kinder anzugleichen (etwa: alle Männer sind potenzielle Täter). Sie verlieren unmerklich ihr Vertrauen, ihre positiven Perspektiven und ihre Kraft.

Daher: **Auf die eigene psychische Gesundheit achten und die Freude am Leben erhalten!**

## Sexueller Kindesmissbrauch

Sexueller Kindesmissbrauch ist ein massiver Eingriff auf die körperliche, kognitive und psychische Gesundheit. Er passiert vielen Kindern und Jugendlichen, mehrere Male und meist innerhalb der Familie oder in ihrem nahen Umfeld. Die Auswirkungen sind lebenslänglich. Die betroffenen Kinder setzen Signale oder versuchen, sich anzuvertrauen. In den überwiegenden Fällen wird ihnen nicht geglaubt oder die Signale werden nicht verstanden. Erst nach einem „Aufdecken“ werden Zusammenhänge und Versäumnisse klar.

Für viele missbrauchte Kinder ist die Schule der erste sichere Ort außerhalb der Familie, an welchem sie ein „normales“ Leben führen können. Sie begegnen erwachsenen Personen, die auf Grund ihres Berufes Helfer sein können.

### Aufdecken des Geheimnisses

Unterschiedliche Signale, Symbole und Aussagen der Kinder führen in einigen Fällen zur Aufdeckung des sexuellen Missbrauchs. Diese Zeit ist für Kinder sehr belastend. Vielfach sind Zeugeneinvernahmen, Gerichtsverhandlungen und Begutachtungen notwendig. Kann der Schutz des Kindes im bisherigen Umfeld nicht gewährleistet werden, muss eine Fremdunterbringung erwogen werden.

Neben diesen belastenden Ereignissen sind Kinder einer Vielzahl von Gefühlen ausgeliefert. Ängste, Ambivalenzen, Schuldgefühle, Scham, Ekel begleiten sie. Häufig erfahren sie dabei Schuldzuweisung durch die Umgebung oder Zur-Schau-Stellen ihrer Geschichte in den Medien.

Trotz der belastenden Situation ist der Schutz des Kindes wichtigstes Ziel. Ohne Aufdecken des sexuellen Kindesmissbrauchs ist das Gewährleisten dieses Schutzes unmöglich. Familienmitglieder, die sich auf die Seite des Kindes stellen, haben große Bedeutung für betroffene Kinder. In der Schule kann durch einfühlsames, respektvolles Miteinander die Privatsphäre des Kindes gewahrt bleiben und ermöglicht dem Kind so einen Teil eines „normalen“ Lebens. Zusätzlich brauchen Kinder in dieser Zeit professionelle Unterstützung durch geschulte Fachkräfte.

## Leben nach dem Aufdecken

Nach dem Aufdecken eines sexuellen Missbrauchs ist nichts mehr so wie es zuvor war. Die bisherige Welt des Kindes und seiner Familie ist verändert. Die an sich positive Veränderung durch Wegfall des sexuellen Missbrauchs ist aber dennoch belastend. Ist der Täter ein nahes Familienmitglied (Vater, Großvater, Mutter, Onkel, Tante, ...) befindet sich die Familie in einer Krisensituation, die sich unmittelbar auf das betroffene Kind auswirkt. Unabhängig davon, ob für den Täter eine Haftstrafe aus den Ermittlungen resultiert oder nicht, gibt es in vielen Fällen im weiteren Verlauf Kontakte zum Missbraucher.

Sowohl das betroffene Kind, als auch die übrigen Familienmitglieder bedürfen professioneller Hilfe, um diese Situation zu bewältigen. Schule kann hier erneut hilfreich sein. Sie ist oft eine wichtige neutrale Konstante, die stabilisierend wirken kann.



Zeichnung eines 12-jährigen Buben, der in seinem nahen Umfeld sexuell missbraucht wurde.

(Eine Interpretation von Zeichnungen kann nur im Kontext mit der psychotherapeutischen oder psychologischen Betreuung durch Fachpersonal erfolgen! Vor vorschnellen und aus dem Zusammenhang gelösten Eindrücken durch Laien muss gewarnt werden!)

## Therapeutische Begleitung

Kinder, die sexuell missbraucht wurde, bedürfen in den meisten Fällen einer psychotherapeutischen Betreuung. Die Auswirkungen des sexuellen Missbrauchs prägen – je nach Missbrauchsform, Nähe zum Täter, Alter des Kindes zu Beginn des Missbrauchs und Dauer – nachhaltig das gesamte weitere Leben und Beziehungen des Kindes.

Kinder brauchen einen geschützten Raum, in dem sie durch therapeutische Beziehung und Wirkung, die Zeit und Hilfe finden können, um trotz der traumatisierenden Ereignisse ein lebenswertes Leben (im ICH, DU und WIR-Bereich) zu führen.

## Gefahren

Werden aus missbrauchten Buben und Mädchen neue Täter und Täterinnen? Lassen missbrauchte Kinder später als Elternteil zu, dass ihre Kinder Opfer werden? Verdrängen oder verleugnen sie mögliche Gefahren für ihre Kinder?

Diese und ähnliche Fragen bleiben unbeantwortet. Von Bedeutung ist, dass viele Täter (Mädchen und Buben) bereits im Jugendalter ihre ersten Übergriffe beginnen und nahezu immer Wiederholungstäter sind. Pädophile Menschen suchen die Nähe von Kindern (auch bei ihrer Berufswahl, Freizeitgestaltung, ...)! Bei vielen Frauen und Männern, die an sexuellem Kindesmissbrauch beteiligt sind oder ihn ausführen, finden sich eigene Missbrauchserlebnisse in der Kindheit (eine Erklärung, aber keine Entschuldigung!). Es bedeutet aber nicht, dass aus jedem missbrauchten Menschen ein Täter wird!

Aber es bedeutet, dass Kinder und Jugendliche vor sexuellem Missbrauch geschützt werden müssen. Bereits betroffene Kinder und Jugendliche müssen ausreichend psychotherapeutische Betreuung erhalten können, um ihre traumatischen Erlebnisse so zu verarbeiten, dass sie anders handeln und überleben können.

## Positive Begegnungen im Alltag

- ... finden immer statt. Sie können wirken, und vieles bewirken. Das bewusste Gestalten eines gemeinsamen Begegnungsraums hat für alle, die darin leben, Vorteile. Jeder, der darin teilhat, kann diese mit beeinflussen und davon profitieren!
- ... können Kindern und Jugendlichen mit besonderen Bedürfnissen helfen, entgegen bereits geschehener Beziehungstraumen, durch neue Erfahrungen und Erlebnisse den Alltag besser zu bewältigen. Das ist von Vorteil für diese Kinder und Jugendlichen, aber auch für alle anderen!
- ... verändern die Zukunft. Sie sind die Basis für eine neue Sicht- und Verhaltensweise, die für die weitere positive Entwicklung günstig ist!
- ... können wirksame und für jeden durchführbare Maßnahmen zum aktiven Kinderschutz sein! Gerade im gemeinsamen Alltag finden sich viele Hilfsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche.
- ... helfen auch schwierige Zeiten zu bewältigen und geben Kraft!
- ... lassen – als förderliches Klima – immer wieder Neues wachsen und gedeihen!



# TEIL 3

## WAS TUN, WENN...?

C. Reumann

### Ein Rätsel Mit Beispielen aus der burgenländischen Kinder- und Jugendanwaltschaft

#### Kevin

Die Mutter einer Schülerin ruft aufgeregt in der Direktion einer Hauptschule an, weil ihre Tochter erzählt hat, dass Kevin S., ein Mitschüler in der vierten Klasse, Drogen nimmt und das auch selbst erzählt habe. Sie meint, da müsse etwas getan werden, da sie sich Sorgen um ihre Tochter mache, wenn das stimme.

Die Direktorin teilt ihr mit, dass sie sich darum kümmern werde. Sie spricht auch gleich mit dem zuständigen Klassenvorstand. Dieser erzählt, dass ihm schon aufgefallen ist, dass Kevin in letzter Zeit immer müde und desinteressiert wirke.

#### Romana

Romana ist eine 15-jährige Gymnasiastin. Sie ist eine sehr gute Schülerin. Seit Beginn des neuen Schuljahres wirkt sie aber immer extrem nervös. Vor der ersten Deutschschularbeit wird sie krank. Nach zwei Tagen kommt sie wieder zur Schule. Sie wirkt jetzt ruhiger und möchte auch die Schularbeit nachmachen. Das tut sie auch und schreibt ein Nichtgenügend. Als sie die Arbeit zurückbekommt, reagiert sie eher gleichgültig. Die Deutschprofessorin, welche Romana aus dem Vorjahr kennt, macht sich Sorgen, weil dieses Verhalten überhaupt nicht zu dem Mädchen passt.

Die in diesem Rätsel angeführten Sachverhalte sind nicht konstruiert, sondern stellen Fallbeispiele dar, in deren Bearbeitung die Kinder- und Jugendanwaltschaft Burgenland involviert war. Es wurden lediglich insofern Manipulationen vorgenommen, als diese notwendig waren, um eine Wiedererkennung der darin vorkommenden Personen zu verunmöglichen. (Lösung nächste Seite)

#### Nadine

Der Religionslehrerin fällt auf, dass die 10-jährige Nadine seit ein paar Wochen im Unterricht viel stiller ist als bisher. Sie meldet sich auch kaum mehr von selbst. Irgendwie wirkt sie traurig, dann wieder einfach müde. Nach einer Unterrichtsstunde fragt Nadine ihre Religionslehrerin, ob sie dieser ein Geheimnis anvertrauen könne. Die Lehrerin müsse ihr aber versprechen, nichts weiterzusagen. Die Lehrerin sagt dem Mädchen, dass sie nicht im vorhinein versprechen kann, mit niemandem zu sprechen. Nadine meint daraufhin, dass sie dann nichts sagen möchte und geht.

#### Martin

Martin ist 13 Jahre alt, wirkt aber viel jünger, weil er eher schwächling gebaut ist. Er geht in eine allgemeine Sonderschule. In der letzten Zeit zeigt er im Turnunterricht immer wieder ein sehr aggressives Verhalten seinen Mitschülern gegenüber, was bisher kaum der Fall war. Es kommt auch zu massiven körperlichen Attacken.

Als Martin beim Fußballspielen einen anderen Buben sichtbar absichtlich mit dem Kopf hart gegen dessen Brustkorb läuft, stellt ihn der Turnlehrer zur Rede. Martin meint, das wäre nur ein Spaß gewesen.

#### Fragestellungen:

Wer wurde sexuell belästigt oder missbraucht?

Wer hat Drogen genommen?

Wessen Eltern leben in Scheidung ?

Wer hat Liebeskummer?

# Die Hintergründe der beschriebenen Fallbeispiele in der Realität (nicht die Lösung des Rätsels)

**Kevin** war verliebt in ein Mädchen aus seiner Schule, welches ihn allerdings nicht beachtete und außerdem einen Freund hatte. Es stellte sich heraus, dass er tatsächlich vor anderen Schülern gesagt hatte, dass er kiffe (Cannabis rauche). Er wollte dadurch die Aufmerksamkeit des Mädchens erwecken, von welchem er annahm, dass sie das interessant gefunden hätte. Seine Müdigkeit und sein Desinteresse am Unterricht, war primär auf eine durch Liebeskummer bedingte und nicht untypische Regression zurückzuführen.

**Nadine** hatte ebenfalls Liebeskummer, was sie der Religionslehrerin auch ein paar Tage nach der im Rätsel beschriebenen Situation mitteilte. Die beobachtete Traurigkeit und Müdigkeit waren auf eben diese Stresssituation zurückzuführen.

**Romanas** Eltern hatten in der Zeit, als das Mädchen die beschriebenen psychischen Veränderungen und Auffälligkeiten zeigte, eine schwere Beziehungskrise und sind inzwischen geschieden. Diese Situation und im Besonderen die Tatsache, dass das Mädchen von einem Elternteil gegen den anderen aufgehetzt worden war, belastete das Mädchen sehr. Der auf ihm lastende Druck äußerte sich in Form von ausgeprägter Nervosität. Diese wiederum versuchte Romana dadurch zu bekämpfen, indem sie öfter ein Beruhigungsmittel, von welchem sie eine Schachtel im Küchenschrank ihrer Großeltern gefunden hatte, einnahm.

**Martins** aggressives Verhalten im Turnunterricht, welches sich mit Phasen absoluter Unauffälligkeit bis Zurückgezogenheit in anderen Unterrichtsgegenständen abwechselte, wie später festgestellt werden konnte, war die Reaktion auf erlittene Gewalt. Durch einen Bekannten, der sehr engen Kontakt zur Familie des Buben gehabt hatte, kam es zu wiederholten sexuellen Übergriffen gegenüber Martin. Außerdem hatte der Bub auch massive körperliche Gewalt seitens seiner Eltern erfahren.

## Des Rätsels Lösung

Wenn man die Informationen bezüglich der einzelnen Fallbeispiele, die im Rätsel vorgegeben sind, mit den Hintergründen in den jeweiligen Realsituationen vergleicht, ist doch deutlich erkennbar, dass vieles auf den ersten Blick anders aussieht, als es tatsächlich ist. Das ist zwar keine neue Erkenntnis aber besonders problematisch, wenn es um beobachtete Auffälligkeiten bei Kindern geht. Man ist nämlich in Situationen, in denen scheinbar oder tatsächlich rasche Entscheidungen über weitere Vorgangsweisen notwendig sind, geneigt, aufgrund weniger vorhandener Informationen Hypothesen zu bilden und zu fokussieren.

Das heißt, man schränkt das eigene Blickfeld ein, und übersieht sehr leicht relevante Fakten, beziehungsweise man setzt eventuell Handlungen, die kontraproduktiv sein könnten.

Aufgrund der vorhandenen Vorinformationen hätte jedes der Kinder jede der in der Fragestellung genannten Hintergrundproblematiken haben können und noch andere, welche nicht genannt worden sind.

Die Symptomlage und die statistischen Zahlen betrachtend, wäre es wahrscheinlicher gewesen, dass eines der Mädchen Opfer von Missbrauchshandlungen geworden war. – Immer wieder sind Müdigkeit und eine merkbare Wesensveränderung in Verbindung mit Prahlern mit Drogenkonsum Hinweise auf tatsächlichen Substanzmissbrauch. – Bei Romana hätte man einfach Schulschwierigkeiten als Ursache und nicht als Auswirkung ansehen können, wie das in der Realität leider immer wieder vorschnell passiert ... Und doch war es nicht so.

### Rätsels Lösung:

Mit den vorliegenden Angaben darf diese Frage nicht beantwortet werden.

# Von der Grobwahrnehmung zur Intervention

Als LehrerIn ist man immer wieder mit Schülerverhalten konfrontiert, das mehr oder weniger vom üblichen intra- oder interindividuellen abweicht. Nicht jedes gezeigte abweichende Verhalten erzeugt aber das Gefühl, dass ein Handlungsbedarf besteht. Das heißt, die gefühlsmäßige Erfassung von beobachtetem, abweichendem Schülerverhalten führt zur grundsätzlichen Entscheidung, ob etwas getan werden sollte oder nicht.

Wenn man aber aufgrund von Grobwahrnehmungen, Gerüchten oder lückenhaften Informationen (einzelnen Symptomen) nicht auf konkrete Hintergründe und Ursachen für verändertes oder problematisches Schülerverhalten schließen soll, wie die „Rätsellösung“ ausdrückt, was ist dann zu tun?

Im Sinne einer strukturierten und fachlich korrekten Vorgangsweise hat sich in der Praxis folgendes Ablaufmodell als sehr brauchbar erwiesen (nach diesem Modell wurde in der Realität auch in den im Rätsel verwendeten Fällen vorgegangen).

Dieses Modell basiert auf einer guten Kooperation mit anderen Einrichtungen und Fachleuten, die hier beizuziehen sind. Das können MitarbeiterInnen aus Institutionen wie der Schulpsychologie, Jugendämtern, Kinder- und Jugendanwaltschaften, diversen Beratungsstellen sowie, private PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen usw. sein.

Wichtig bei der Entscheidung, bei wem man sich Hilfe holt, ist, dass man nicht das Gefühl hat, sobald man über eine vorliegende Problemsituation etwas sagt, wird einem die Angelegenheit entrissen, und jemand agiert dann drauf los. Das heißt, es ist natürlich von großem Vorteil, wenn man in seinem Umfeld ohne einen Anlassfall den Kontakt zu Beratungseinrichtungen und Fachleuten sucht und sich auf diesem Wege mit Personen vernetzt, welche man bei Problemsituationen beiziehen kann.

Außerdem ist es absolut zulässig, einen „Fall“ erst einmal anonymisiert mit anderen zu besprechen, wenn man nicht sicher ist, wie das jeweilige Gegenüber reagiert.

## Hinweis:

Das Ablaufmodell aus der Lehrerperspektive enthält einen Überblick über die wichtigsten Schritte im Anlassfall. Außer dieser Grundlagenbroschüre „**Beziehungstraum(a) und Begegnungsraum**“ gibt es auch Präventionsmaterialien – Unterrichtsvorlagen und Informationen zum Thema sexuelle Gewalt – als Download auf [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at) sowie eine Vertiefung und Konkretisierung der erforderlichen Maßnahmen aus rechtlicher und psychologischer Sicht („Von der Grobwahrnehmung zur Intervention“ – rechtliche und psychologische Grundlagen für konkrete Maßnahmen)

# Ablaufmodell aus der Lehrerperspektive

- Ich nehme Verhaltensänderungen oder Verhaltensauffälligkeiten einer Schülerin/eines Schülers wahr.
- Eine Schülerin/ein Schüler spricht über ihre/seine eigene Problemsituation.
- Es gibt Gerüchte über Probleme einer Schülerin/eines Schülers.



Wie geht es mir (als LehrerIn) mit der Situation?



Ich nehme die Situation als problematisch wahr.



Ich fühle keinen Handlungsbedarf.



Ich hole mir Unterstützung von Personen oder Institutionen.



Gemeinsam werden folgende Fragen geklärt:

- Wie wird die Situation von allen Informierten eingeschätzt?
- Wer übernimmt die Verantwortung für die weitere Vorgangsweise?
- Gibt es gesetzliche Vorschriften, wie man vorgehen muss?
- Werden noch Informationen gebraucht und wenn ja – welche?
- Wer muss über die Situation und die weitere Vorgangsweise informiert werden?
- Sind Interventionsmaßnahmen notwendig?
- Wenn Interventionen gesetzt werden – welche und durch wen?



# ANHANG

## Anhang 1: HILFEN IN DER SCHULE

### Schüler- und Bildungsberatung

An allen Schulen ab der 5. Schulstufe steht den Schülerinnen und Schülern sowie deren Eltern zur Beratung bei Laufbahnfragen oder anderen Sorgen in der Schule entsprechend ausgebildetes Lehrpersonal zur Verfügung:

- die **Schülerberater/innen** (an Hauptschulen, allgemein bildenden höheren Schulen und Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik bzw. Sozialpädagogik)
- die **Bildungsberater/innen** (an berufsbildenden mittleren und höheren Schulen).

### Die Aufgabengebiete der Schüler- und Bildungsberatung

Schüler- und Bildungsberater/innen haben zwei Aufgabengebiete, die sich gegenseitig ergänzen und miteinander in Zusammenhang stehen:

Information als Orientierungshilfe und Entscheidungsvorbereitung: Sie informieren über weiterführende Ausbildungsmöglichkeiten bzw. Ausbildungsalternativen. Schülerinnen und Schüler bzw. deren Eltern werden über Bildungsgänge, deren Eingangsvoraussetzungen und Abschlussqualifikationen informiert. Die Information erfolgt durch Klassenvorträge, Vorträge bei Elternabenden, Weitergabe von Informationsmaterialien, die Einladung von externen Expertinnen und Experten sowie die Organisation von Exkursionen und Betriebsbesichtigungen.

Individuelle Beratung und Vermittlung von Hilfe: Schüler- und Bildungsberater/innen bieten Schülerinnen und Schülern bzw. deren Eltern individuelle Beratung an. Diese Beratung kann Laufbahnfragen und/oder andere persönliche Probleme betreffen (z. B. Lern- oder Verhaltensschwierigkeiten) bzw. auch in der Vermittlung von Hilfe durch andere Beratungs- oder Betreuungseinrichtungen zum Ausdruck kommen. Schüler- und Bildungsberater/innen sollen in diesem Sinn eine erste Anlaufstelle für Schwierigkeiten in und mit der Schule darstellen.

Schülerberater/innen und Bildungsberater/innen sind neben Fragen zur Schullaufbahnwahl vor allem auch Gesprächspartner/innen bei persönlichen Problemen und Sorgen, z. B. auch im Zusammenhang mit Gewalt, Missbrauch und Mobbing.

### Wie erreicht man die Schüler- und Bildungsberatung?

Die Namen der Schülerberater/innen und Bildungsberater/innen können **in den Direktionen** oder im **jeweiligen Landesschulrat (Stadtschulrat)** bei der Abteilung **Schulpsychologie-Bildungsberatung** erfragt werden.

Of gibt aber auch eine entsprechende Mitteilung am **schwarzen Brett** der Schule über Namen und Sprechstunde des Schülerberaters oder der Schülerberaterin Auskunft. Oder man fragt einfach in der **Direktion** bzw. im **Sekretariat** der jeweiligen Schule nach.

# Schulische Informations- und Beratungsstellen

## Schulpsychologische Beratungsstellen

Internetinformationen: [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at)

Die Schulpsychologie-Bildungsberatung, eine ins Schulwesen integrierte Unterstützungseinrichtung des Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur, steht allen am schulischen Bildungsprozess beteiligten Personen und Institutionen (Schülern/Schülerinnen aller Schularten sowie deren Eltern bzw. sonstigen Erziehungsberechtigten, Lehrern/Lehrerinnen) durch unmittelbare Anwendung wissenschaftlicher Erkenntnisse und Methoden – im gegebenen Fall unter Wahrung des Elternrechts – zur Verfügung. Derzeit leisten in Österreich ca. 140 Schulpsychologinnen und Schulpsychologen in 77 Beratungsstellen individuelle fachpsychologische Beratung bei Lernschwierigkeiten, Verhaltensschwierigkeiten, Schulangst und Krisen und vermitteln bei Konflikten im Beziehungsdreieck Eltern-Lehrer(innen)-Schüler(innen).

Schulpsychologie-Bildungsberatung im Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur (Abteilung V/4)

1014 Wien, Freyung 1, Tel.: (01) 53120-2580

**e-mail: [schulpsychologie@bmukk.gv.at](mailto:schulpsychologie@bmukk.gv.at)**  
**[www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at)**

MR Mag. DDr. Franz Sedlak, Tel.: (01) 53120-2580

MR Dr. Gerhard Krötzl, Tel.: (01) 53120-2582

MR Dr. Harald Aigner, Tel.: (01) 53120-2581

MR Mag. Dr. Beatrix Haller, Tel.: (01) 53120-2533

*Bei den Ansprechpartner/innen in den Bundesländern erhalten Sie auch Informationen über die nächstgelegene Beratungsstelle.*

# Ansprechpartner in den Bundesländern

## Burgenland

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Burgenland

Dr. Werner Braun  
Kernausteig 3  
7001 Eisenstadt,  
Tel.: (02682) 710 131  
Fax: (02682) 710 79  
e-mail: werner.braun@lsr-bgld.gv.at

## Kärnten

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Kärnten

Dr. Christine Kampfer-Löberbauer  
Kaufmannngasse 8  
9020 Klagenfurt  
Tel.: (0463) 56659  
Fax: (0463) 56659-16  
e-mail: christine.kampfer-loeberbauer@lsr-ktn.gv.at

## Niederösterreich

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Niederösterreich

DDr. Andrea Richter  
Rennbahnstraße 29  
3109 St. Pölten  
Tel.: (02742) 280 4700  
Fax: (02742) 280 1111  
e-mail: andrea.richter@lsr-noe.gv.at

## Oberösterreich

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Oberösterreich

Dr. Agnes Lang  
Sonnensteinstraße 20 (PF 107)  
4041 Linz  
Tel.: (0732) 7071 2321  
Fax: (0732) 7071 2330  
e-mail: agnes.lang@lsr-ooe.gv.at

## Salzburg

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Salzburg

Mag. Helene Mainoni-Humer

Aignerstraße 8  
5026 Salzburg  
Tel.: 0662/80834221, Fax: 0662/8083-4102  
e-mail: helene.mainoni-humer@lsr.salzburg.at

## Steiermark

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Steiermark

Hofrat Dr. Josef Zollneritsch  
Körblergasse 23  
8015 Graz  
Tel.: (0316) 345 199  
Fax: (0316) 345 455  
e-mail: josef.zollneritsch@lsr-stmk.gv.at

## Tirol

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Tirol

Dr. Hans Henzinger  
Müllerstraße 7/II  
6020 Innsbruck  
Tel.: (0512) 576 561  
Fax: (0512) 576 561-13  
e-mail: schulpsy@tsn.at

## Vorarlberg

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im LSR für Vorarlberg

Dr. Maria Helbock  
Bahnhofstraße 10  
6900 Bregenz  
Tel.: (05574) 4960-210  
Fax: (05574) 4960-408  
e-mail: maria.helbock@lsr-vbg.gv.at

## Wien

### Schulpsychologie-Bildungsberatung im SSR für Wien

Dr. Mathilde Zeman  
Wipplingerstraße 28  
1010 Wien  
Tel.: (01) 52525/77505  
Fax: (01) 52525/9977501  
e-mail: mathilde.zeman@ssr-wien.gv.at

# Schulservice-Stellen

## Burgenland

Schulservicestelle im LSR für Burgenland  
Kernausteig 3  
7000 Eisenstadt  
Tel.: (02682) 710-152  
e-mail: edda.fuezi-prinke@lsr-bgld.gv.at

## Kärnten

Schulservicestelle im LSR für Kärnten  
10.-Oktober-Straße 24, Postfach 607  
9010 Klagenfurt  
Tel.: (0463) 5812-313  
e-mail: roland.arko@lsr-ktn.gv.at

## Niederösterreich

Schulservicestelle im LSR für Niederösterreich  
Rennbahnstraße 29  
3109 St. Pölten  
Tel.: (02742) 280-4800  
e-mail: office@lsr-noe.gv.at

## Oberösterreich

Schulservicestelle im LSR für Oberösterreich  
Sonnensteinstraße 20  
4040 Linz  
Tel.: (0732) 7071-2251 und 9121  
e-mail: schulservice@lsr-ooe.gv.at

## Salzburg

Schulservicestelle im LSR für Salzburg  
Mozartplatz 8-10, Postfach 530  
5010 Salzburg  
Tel.: (0662) 8083-2071  
e-mail: nina.behrendt@lsr.salzburg.at

## Steiermark

Schulservicestelle im LSR für Steiermark  
Körblergasse 23  
8011 Graz  
Tel.: (0316) 345-450 und 226  
e-mail:  
monika.lackner@lsr-stmk.gv.at  
alexandra.ettinger@lsr-stmk.gv.at  
helga.doppan@lsr-stmk.gv.at

## Tirol

Schulservicestelle im LSR für Tirol  
Innrain 1  
6010 Innsbruck  
Tel.: (0512) 520 33-113  
e-mail: i.moritz@lsr-t.gv.at

## Vorarlberg

Schulservicestelle im LSR für Vorarlberg  
Bahnhofstraße 12  
6900 Bregenz  
Tel.: (05574) 4960-502  
e-mail: schulservice@lsr-vbg.gv.at

## Wien

Schulinfo im SSR für Wien  
Wipplingerstraße 28  
1010 Wien  
Tel.: (01) 525 25-7700  
e-mail: schulinfo@ssr-wien.gv.at

*Die bei den Landesschulräten und dem Stadtschulrat für Wien eingerichteten Schulservicestellen stehen als erste Anlaufstelle für Fragen zum Thema Schule zur Verfügung. Sie geben insbesondere Auskünfte über schulrechtliche Fragen, Aufnahmevoraussetzungen für bestimmte Schulformen und Schuladressen.*

# Schulberatungsstellen für AusländerInnen/MigrantInnen bei den Landesschulräten/beim Stadtschulrat für Wien

## Burgenland

Gerhard Vitorelli  
LSR für das Burgenland  
Kernausteig 3, Zimmer 112, 7001 Eisenstadt  
Tel.: (02682) 710/121  
Fax: (02682) 710/79  
e-mail: gerhard.vitorelli@lsr-bgld.gv.at

Tel.: (0316) 345/198  
Fax: (0316) 345/455  
e-mail: gottfried.kerschbaumer@lsr-stmk.gv.at

## Kärnten

LSI Prof. Thomas Ogris  
LSR für Kärnten  
10. Oktoberstraße 24, 9010 Klagenfurt  
Tel.: (0463) 5812/414  
Fax: (0463) 5812/105  
e-mail: thomas.ogris@lsr-ktn.gv.at

## Tirol

Nataša Maroševac  
Azade Zaman  
LSR für Tirol  
Innrain 1/1. Stock, Zimmer 105, 6010 Innsbruck  
Tel.: (0512) 52033/114 oder 115  
Fax: (0512) 52033/342  
e-mail: n.marosevac@lsr-t.gv.at  
a.zaman@lsr-t.gv.at

## Niederösterreich

Ernst Figl  
LSR für Niederösterreich  
Rennbahnstraße 29, 3109 St. Pölten  
Tel.: (02742) 280/4812  
Fax: (02742) 280/1111  
e-mail: ernst.figl@lsr-noe.gv.at

## Vorarlberg

Dr. Ševki Eker  
LSR für Vorarlberg  
Bahnhofstraße 12, Zimmer 413, 6900 Bregenz  
Tel.: (05574) 4960-612  
Fax: (05574) 4960-408  
e-mail: sevki.eker@lsr-vbg.gv.at

## Oberösterreich

Mag. Dr. Selçuk Hergüvenç  
BSR Linz-Stadt  
Pfarrgasse 7, 4020 Linz  
Tel.: (0732) 7070/1437  
Fax: (0732) 7070/ 1438  
e-mail: selcuk.herguevenc@lsr-ooe.gv.at

## Wien

Schulberatung für MigrantInnen  
Kenyongasse 15/IV, 1070 Wien  
Tel.: (01) 512 6906-11 bis 16  
Fax: (01) 512 6906-19  
e-mail: sbm@ssr-wien.gv.at

## Salzburg

Shaban Topalli  
LSR für Salzburg  
Mozartplatz 8–10, 5010 Salzburg  
Tel.: (0662) 8042/3013  
Fax: (0662) 8042/2199

## Regionale Beratungsstellen

### B.I.K.

Beratungs-, Informations- und Koordinationsstelle  
des Magistrats der Stadt Salzburg  
Ingrid Strennberger  
Mozartplatz 6, 5020 Salzburg  
Tel.: (0662) 8072-2961  
e-mail: ingrid.strennberger@telering.at

## Steiermark

Dr. Gottfried W. Kerschbaumer  
LSR für die Steiermark  
Körblergasse 23, Zimmer 514, PF 663, 8011 Graz

### REBAS 15

Regionale Beratungsstelle für den 7. und 15. Bez.  
Gasgasse 8–10/4/1/Zimmer 134, 1150 Wien  
Tel.: (01) 89134-15361 oder 15362  
Fax: (01) 89134 99-15156  
e-mail: kanzlei-reb@m11.magwien.gv.at



# Anhang 2: HILFEN AUSSERHALB DER SCHULE

## Österreichweit

### Rat auf Draht

ORF – Kinder- und Jugendhotline  
ORF, 1136 Wien  
Tel.: 147

## Kinderschutzzentren

### Burgenland

Kinderschutzzentrum Burgenland  
Joseph-Haydn-Gasse 2/3/12  
7000 Eisenstadt,  
Tel.: (02682) 64214  
e-mail: kinderschutz-bgld@aon.at  
www.kinderschutz-bgld.at

### Kärnten

Kinderschutzzentrum Kärnten  
Kumpfgasse 20  
9020 Klagenfurt  
Tel.: (0463) 56767  
e-mail: kinderschutz-zentrum.kaernten@utanet.at  
www.kinderschutzzentrum-kaernten.at

### Niederösterreich

Kinderschutzzentrum Die Möwe  
Bahnhofstr. 12  
2620 Neunkirchen  
Tel.: (02635) 66664  
e-mail: ksz-nk@die-moewe.at  
www.die-moewe.at

### Kinderschutzzentrum Die Möwe

Bräuhausgasse 3/1  
3100 St. Pölten  
Tel.: (02742) 3111 11  
e-mail: ksz-stp@die-moewe.at  
www.die-moewe.at

### Kinderschutzzentrum Kidsnest

Rathausstr. 23  
3300 Amstetten  
Tel.: (07472) 65437  
e-mail: kisz-amstetten@aon.at

### Kinderschutzzentrum Kidsnest

Schremserstr. 4  
3950 Gmünd  
Tel.: (02852) 20435  
e-mail: kisz-w4@aon.at

## Oberösterreich

### Kinderschutzzentrum Linz

Langgasse 10  
4020 Linz  
Tel.: (0732) 7816 66  
e-mail: kisz@kinderschutz-linz.at  
www.kinderschutz-linz.at

### Kinderschutzzentrum Tandem

Pfarrgasse 8  
4600 Wels  
Tel.: (07242) 67163  
e-mail: kisz.tandem@gmx.at

### Kinderschutzzentrum Känguru

Schutzenbichl 4  
4820 Bad Ischl  
Tel.: (06132) 28290  
e-mail: kaenguru@kinderfreunde.cc  
www.kaenguru.cc

Kinderschutzzentrum Inntal  
Berggasse 17  
5280 Braunau  
Tel.: (07722) 85550  
e-mail: kischu.braunau@aon.at

Kinderschutzzentrum Vöcklabruck  
Familien & Frauenberatung  
Brucknerstr. 27  
4840 Vöcklabruck  
Tel.: (07672) 27775  
e-mail: ffb@sozialzentrum.org

## Salzburg

Kinderschutzzentrum Salzburg  
Rudolf-Biebl-Straße 50  
5020 Salzburg  
Tel.: (0662) 44911  
e-mail: kisz.sbg@netway.at  
www.kinderschutzzentrum.at

## Steiermark

Kinderschutzzentrum Graz  
Mandellstr. 18/II  
8010 Graz  
Tel.: (0316) 8319 41  
e-mail: graz@kinderschutz-zentrum.at  
www.kinderschutz-zentrum.at

Kinderschutzzentrum Oberes Murtal  
Gaalstr. 2  
8720 Knittlfeld  
Tel.: (03512) 75741  
e-mail: kinderschutzzentrum.o.m@gmx.at

Zweigstelle: Bruck an der Mur  
Grabenfeldstr. 12a  
8600 Bruck/Mur

Kinderschutzzentrum Rettet das Kind  
Florianigasse 3  
8160 Weiz  
Tel.: (03172) 42559  
e-mail: kizweiz@24aon.cc

Kinderschutzzentrum Rettet das Kind  
Poststr. 3  
8530 Deutschlandsberg  
Tel.: (03462) 6747  
e-mail: bzdl@utanet.at

Kinderschutzzentrum Rettet das Kind  
Wienerstr. 60  
8605 Kapfenberg  
Tel.: (03862) 22413  
e-mail: bzkapfenberg@24aon.cc

## Tirol

Kinderschutz-Zentrum Innsbruck  
Schöpfstraße 19  
6010 Innsbruck  
Tel.: (0512) 583757  
e-mail: office@kinderschutzzentrum-innsbruck.at  
www.kinderschutzzentrum-innsbruck.at/

Kinderschutzzentrum Osttirol  
Rechter Iselweg 5  
9900 Lienz  
Tel.: (04852) 71440  
e-mail: kinderschutz.zentrum.osttirol@aon.at

## Wien

Kinderschutzzentrum Die Möwe  
Börsegasse 9  
1010 Wien  
Tel.: (01) 532 1515  
e-mail: ksz-wien@die-moewe.at  
www.die-moewe.at

Unabhängiges Kinderschutzzentrum  
Kandlgasse 37/12  
1070 Wien  
Tel.: (01) 526 1820  
e-mail: office@kinderschutzzentrum-wien.at  
www.kinderschutzzentrum-wien.at

# Kinder- und Jugend-Anwaltschaften

Homepage: der Kinder und  
Jugendanwaltschaft  
[www.kija.at/](http://www.kija.at/)

## Burgenland

**Mag. Christian Reumann**  
Kinder- und Jugendanwalt  
Hartlsteig 2  
7000 Eisenstadt  
Tel.: 057 600 2808  
Fax: 057 600 2187  
e-mail: christian.reumann@bglgld.gv.at

## Kärnten

**Mag. Astrid Liebhauser**  
Kinder und Jugendanwaltschaft  
8. Mai Str. 18  
9020 Klagenfurt  
Tel.: 0800 221 708  
e-mail: kija@ktn.gv.at

## Niederösterreich

**Mag.<sup>a</sup> Gabriela Peterschofsky-Orange**  
Rennbahnstraße 29  
Im Würfel  
3109 St. Pölten  
Tel.: (02742) 90811  
Fax: (02742) 9005-15650  
e-mail: post.kija@noel.gv.at

### Außenstelle Baden

Schwartzstraße 50  
2500 Baden  
Tel.: (02252) 9025-11407  
Fax: (02252) 9025-22000  
e-mail: post.kija@noel.gv.at

## Oberösterreich

**Mag.<sup>a</sup> Christine Winkler-Kirchberger**  
Kinder und Jugendanwaltschaft OÖ  
Promenade 37  
4021 Linz  
Tel.: (0732) 779 777  
Fax: (0732) 7720-14077  
e-mail: kija@ooe.gv.at

## Salzburg

**Dr. Andrea Holz-Dahrenstaedt**  
Salzburg Kinder- und Jugendanwaltschaft  
Museumsplatz 4  
5020 Salzburg  
Tel.: (0662) 430550  
Fax: (0662) 430550-3010  
e-mail: kija.sbg@kija.at  
[www.kija.at/sbg](http://www.kija.at/sbg)

## Steiermark

**Mag. Christian Theiss**  
Kinder und Jugendanwaltschaft Steiermark  
Nikolaipplatz 4a  
8020 Graz  
Tel.: (0810) 500-777  
Fax: (0316) 877-4925  
e-mail: kija@stmk.gv.at

## Tirol

**Mag. Elisabeth Harasser**  
Kinder und Jugendanwaltschaft Tirol  
Sillgasse 8  
6020 Innsbruck  
Tel.: (0512) 508-3792  
Fax: (0512) 508-3795  
e-mail: jugendanwalt@tirol.com

## Vorarlberg

**DSA Michael Rauch**  
Kinder und Jugendanwalt  
Schießstätte 12  
6800 Feldkirch  
Tel.: (05522) 84 900  
Fax: (05574) 511 923270  
e-mail: kija@vorarlberg.at

## Wien

**DSA Monika Pinterits und Dr. Anton Schmid**  
Kinder und Jugendanwaltschaft Wien  
Alserbachstraße 18  
1090 Wien  
Tel: (01) 707-7000  
Fax: (01) 4000 9985905  
e-mail: post@kja.magwien.gv.at



# Anhang 3: HILFEN FÜR STUDIERENDE

## Psychologische Studentenberatung

### Kärnten

Psychologische Beratungsstelle für Studierende Klagenfurt  
Leiterin: Dr. Andrea Felnémeti  
Universitätsstraße 66  
9020 Klagenfurt,  
Tel.: (0463) 23482  
Fax: (0463) 2700-8639  
e-mail: [psycholog.studentenberatung@uni-klu.ac.at](mailto:psycholog.studentenberatung@uni-klu.ac.at)

### Steiermark

Psychologische Beratungsstelle für Studierende Graz  
Leiter: Dr. Rudolf Pichler  
Katzianergasse 7/III  
8010 Graz  
Tel.: (0316) 814 748  
Fax: (0316) 814 748-16  
e-mail: [psych.ber@uni-graz.at](mailto:psych.ber@uni-graz.at)

### Oberösterreich

Psychologische Beratungsstelle für Studierende Linz  
Leiter: Dr. Michael Katzensteiner  
Altenberger Straße 69  
Hochschulfonds-Gebäude, 1. St.  
4040 Linz  
Tel.: (0732) 2468-5310  
Fax: (0732) 2468-5312  
e-mail: [psychol.studber@jku.at](mailto:psychol.studber@jku.at)

### Tirol

Psychologische Beratungsstelle für Studierende Innsbruck  
Leiter: Dr. Christian Schöpf  
Schöpfstraße 3  
6020 Innsbruck  
Tel.: (0512) 507 8491  
Fax: (0512) 507 2972  
e-mail: [Psycholog-Studentenberatung@uibk.ac.at](mailto:Psycholog-Studentenberatung@uibk.ac.at)

### Salzburg

Psychologische Beratungsstelle für Studierende Salzburg  
Leiter: Dr. Reinhard Larcher  
Mirabellplatz 9/1  
5020 Salzburg  
Tel.: (0662) 8044-6500  
Fax: (0662) 8044-6502  
e-mail: [psb.sbg@sbg.ac.at](mailto:psb.sbg@sbg.ac.at)

### Wien

Psychologische Beratungsstelle für Studierende Wien  
Leiterin: Dr. Eva Massoth  
Lederergasse 35/IV  
1080 Wien  
Tel.: (01) 402 3091  
Fax: (01) 402 3091-33  
e-mail: [psychologische.studentenberatung@univie.ac.at](mailto:psychologische.studentenberatung@univie.ac.at)



## Schulpsychologie-Bildungsberatung

Die Schulpsychologie-Bildungsberatung steht als eine in das Schulsystem integrierte psychologische Einrichtung Schüler(innen), Lehrer(innen) und Eltern bei der Suche nach Problem vorbeugenden, reduzierenden und lösenden Einsichten, Erfahrungen und deren Umsetzung im jeweiligen Feld zur Verfügung. Sie fördert darüber hinaus durch psychologische (gegebenenfalls auch psychotherapeutische) Information, Beratung, Begleitung und Behandlung die individuelle, soziale und organisatorische Entwicklung im Lebensbereich Schule.



## Schulservice- und Schulinformationsstellen

Die Schulservice- und Schulinformationsstellen stehen als erste Anlaufstellen für alle Fragen zum Thema Schule zur Verfügung. Die Hauptaufgabe ist die qualifizierte Erstinformation und -beratung in den Bereichen allgemeine Schulberatung, Informationsberatung zur Schullaufbahn sowie Erteilen von allgemeinen Auskünften zum Schulrecht. Eine besondere Funktion besteht darin, unbürokratisch und schnell zu Problemen und Unklarheiten im schulischen Bereich Lösungsmöglichkeiten zu suchen, Informationsmängel zu beheben und bei weitergehenden Informations- und Beratungsbedürfnissen „zielgenau“ an andere Stellen weiterzuverweisen.



## Psychologische Studentenberatung

Die Psychologische Studentenberatung ist eine psychosoziale Einrichtung des Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur zur Unterstützung von Studierenden und StudieninteressentInnen durch psychologische und psychotherapeutische Mittel. Im Vordergrund unserer Bemühungen steht die Verbesserung der Kompetenzen zur Bewältigung des Studiums, der Studienwahl und der studentischen Lebenssituation durch Hilfe zur Selbsthilfe.

Unsere Leistungsangebote sind auf die Bedürfnisse der Klienten und deren Bereitschaft zur Mitarbeit abgestimmt, sie können vertraulich und kostenlos in Anspruch genommen werden.

