



# TZI

## **THEMENZENTRIERTE INTERAKTION THEME-CENTERED INTERACTION / TCI**

### **... »muss nur noch kurz die Welt retten.« Das gesellschaftspolitische Anliegen der TZI**

Christoph Holbein und Jan-Hendrik Herbst

**Die TZI als Ansatz humanistischer Gesellschaftstherapie: Reaktualisierung eines ureigenen Anspruchs im Spiegel radikaler Demokratietheorien**

Bernhard Lemaire

**TZI und Gesellschaft – ein therapeutisches Verhältnis?**

Annelies van der Horst

**From Intentions to Instrumentation. *The Role TCI Can Play in Society***

Lucia Hubig und Bernd Steinmetz

**Gesellschaftspolitische Entwicklungsprozesse mit TZI initiieren und begleiten – ein Beispiel aus der Praxis kommunaler Politik**

Susanne Stein

**TZI und trauma-sensible Pädagogik: Hilfe für geflüchtete Menschen in unseren Gruppen**

Antje Röckemann

**»Miteinander am Thema bleiben in bewegter, lebendiger Weise«.  
*Erfahrungen aus dem ersten TZI-Grundkurs für Migrantinnen 2013–2015***

Matthias Scharer

**TZI als »Third Space« transreligiöser Begegnungen**

Agnes Christ-Fiala

**Lebendiges Lernen braucht partizipierende Leitung**

## TZI und trauma-sensible Pädagogik: Hilfe für geflüchtete Menschen in unseren Gruppen

Immer mehr Menschen fliehen vor Krieg und existenzieller Not. Viele sind in den letzten Jahren unsere Nachbarn geworden. Als Einzelne oder in ganzen Gruppen treffen wir sie in unseren Kursen, Klassen, Veranstaltungen. Die Autorin stellt ihre Thesen vor: Haltung und Methode der TZI können einen wesentlichen Beitrag zur Hilfe entwurzelter und vielleicht traumatisierter Menschen leisten: Stabilisierung, Stabilisierung, Stabilisierung. Ohne ein Basiswissen über Traumata und trauma-sensibles Verhalten können wir aber auch bei bester Absicht die Geflüchteten weiter belasten oder einfache Gelegenheiten zur Stabilisierung versäumen. Dabei ist es oft nur ein gedanklicher Katzensprung hin von der TZI zur trauma-sensiblen Pädagogik.

More and more persons are fleeing from wars and poverty. Over the past few years, many of them have become our neighbors. As individuals or in groups, we meet them in our courses, at our classes and events. The author presents her thesis that the TCI attitude and method can make an essential contribution to helping uprooted and possibly traumatized persons: stabilization, stabilization, stabilization. Without basic knowledge of trauma and trauma-sensitive behavior, it may well be that despite our best intentions we increase the load on these refugees or miss out on easy ways to stabilize them, even though TCI and trauma-sensitive pedagogics are located on each others conceptual doorstep.

### Warum ich diesen Artikel schreiben wollte

Seit Oktober 2013 gehöre ich zu den vielen Hamburgern bzw. Hamburgerinnen und anderen »Einheimischen« in Europa, die wir für geflüchtete Menschen Spenden gesammelt, stapelweise Behörden-schreiben enträtselt, Kitas, Schulen und Ärzte gesucht, Therapieplätze vermittelt, Ausflüge und Feste organisiert und genossen, Kinder ins Herz geschlossen und Freunde gefunden haben. Dabei habe ich viel über mich und uns selbst, über Kriege, den Wert von Frieden und – manchmal stolpernd – sehr viel über unsere und andere Kulturen gelernt.

Besonders erschüttert haben mich bald die seelischen Folgen der Gewalterfahrungen bei den Kindern und die Schwierigkeiten, die sich dadurch in den Familien ergeben. Für ihre individuelle Entlastung habe ich 2014 ein Trauma-Bilderbuch samt Anhang entwickelt und mit Betroffenen und Fachleuten abgestimmt. Es ist mittlerweile in zehn Sprachen auf meiner Website zum freien Download verfügbar (Stein, 2017)<sup>1</sup>.

1 Stand Juli 2017, weitere Übersetzungen sind in Vorbereitung. Das Trauma-Bilderbuch wird von Freundeskreisen, Ärzten, Heilpraktikern und Therapeuten in Kitas, Schulen, Praxen und Kliniken in mehreren Ländern – auch in den Herkunftsländern der Geflüchteten und ihren Anrainerstaaten – als Beratungstool genutzt.

Seit einiger Zeit erlebe ich nun bei meiner Unterstützung in den Familien und in meinen Weiterbildungsveranstaltungen für professionelle und ehrenamtliche Unterstützer/-innen mit, wie es den geflohenen Erwachsenen und Kindern an ihren verschiedenen Lernorten ergeht. Es erreichen mich dabei viele Eindrücke von engagiertem Lehr- und Betreuungspersonal ebenso wie eine nachvollziehbare Unsicherheit im Umgang mit den teilweise seelisch sehr belasteten Menschen.

Seitdem beschäftigt mich die Frage der pädagogischen Unterstützung der geflüchteten Kinder und Erwachsenen in Unterkünften, Kitas, Schulen, in Sprach- und Integrationskursen. Insbesondere frage ich mich:

*Inwieweit sind unsere Haltung und Methode der TZI für sie hilfreich? Und was müssen wir als TZI-Leitende dazulernen, um wirksam und befriedigend Hilfe leisten zu können?*

Meine derzeitigen Antworten auf diese Fragen möchte ich hier darstellen und bitte meine Leser/-innen um die Haltung des »freundlichen Rosinenpickens«. Sicher gibt es auch andere Erfahrungen, Erkenntnisse und Materialien. Wenn Sie mir schreiben und in einen Austausch eintreten möchten, freue ich mich sehr.

### Geflüchtete Kinder und Erwachsene als neue Teilnehmende in unseren Gruppen

Von Ruth Cohn (Farau u. Cohn, 1984), Barbara Langmaack (Langmaack, 1995), Matthias Kroeger (Kroeger, 1989) und anderen haben wir unter anderem gelernt, systematisch auf die Bedürfnisse und den Globe unserer Gruppenmitglieder zu schauen. Jetzt kommen Menschen in unsere Kurse,

Klassen und Veranstaltungen, deren Sprache wir nicht kennen und mit deren Lebensverhältnissen und persönlichen Situationen wir nicht oder nur teilweise vertraut sind. Sie kommen als Einzelne oder als ganze Gruppen. Unserer Intuition fehlt oft der Erfahrungshintergrund, die Verständigung ist durch die Sprachunterschiede oft rudimentär. Ein individuelles Verstehen ist daher nicht einfach. Wir wissen erst einmal nur sehr allgemein, dass es Menschen sind,

Unserer Intuition fehlt oft der Erfahrungshintergrund, die Verständigung ist durch die Sprachunterschiede oft rudimentär

- die viel verloren oder aufgegeben haben, die fliehen mussten, um ihr Leben zu retten,
- die Krieg und Gewalt erlebt haben und teilweise noch unter den Folgen der Angst leiden,
- die durch ihre Flucht mit Mut, Ausdauer und Organisationstalent schon eine große Leistung vollbracht haben und nun vor dem weiter anstrengenden Neuaufbau stehen.

Über die Medien erfahren wir etwas mehr darüber, was Menschen in den Kriegsgebieten der Welt derzeit erleben und aushalten müssen. Dazu gehören Gefechte, Belagerungen und Bombenangriffe, Tod, Verletzung und Vertreibung. Viele Kinder sind von dem abrupten Ende ihrer Bildungsprozesse betroffen oder haben noch nie oder zu spät eine Schule besucht. Es gibt auch weniger bekannte Gräueltaten wie Zwangsrekrutierungen von Jungen und jungen Männern für die konkurrierenden Armeen, Zwangsverschleierung, Vergewaltigung, Folter, öffentliche Hinrichtungen, Frühstverheiraten von Mädchen und andere Formen der Ausnutzung existenzieller Notlagen bis hin zum Organhandel (vgl. Act.Now, 2017).

Wenn die von Gewalt betroffenen Menschen es zu uns geschafft haben, ist ihre seelische Situation sehr kompliziert. Auf der einen Seite steht die große Erleichterung darüber, in Sicherheit zu

sein. Hinzu kommen vielleicht Stolz auf die eigene Leistung der gelungenen Flucht und auf jeden Fall sehr viel Hoffnung auf ein besseres Leben. Auf der anderen Seite finden sich Trauer um das Verlorene, die Sorge um Verwandte und Freunde, die noch in den Kriegsgebieten ausharren, eine große Erschöpfung sowie Unsicherheit und Sorge bezogen auf die Zukunft. In vielen Fällen sehen wir darüber hinaus die Nachwirkungen traumatischer Erlebnisse in den verlassenen Heimatländern und auf der Flucht. Sie belasten die betroffenen Menschen ganz besonders und erschweren ihren Neuanfang in unserem Land erheblich. Um mit ihnen in unseren Gruppen förderlich arbeiten zu können, benötigen wir ein neues Wissen über Traumatisierung und Traumafolgen.

Vor diesem Thema schrecken manche Pädagogen und Pädagoginnen angstvoll zurück. Diese Angst möchte ich wertschätzen *und* reduzieren. Die Angst, sich mit dem Thema »Trauma« zu beschäftigen, ist insofern positiv, als sie die Geflüchteten davor bewahrt, dass wohlmeinende Laien in ihren seelischen Wunden »herumstochern«. Den Blick von diesem Thema aus Angst abzuwenden, ist aber ebenfalls unangemessen. Wir bleiben damit unter unseren Möglichkeiten. Empfehlenswert ist – aus meiner Sicht – die Berücksichtigung möglicher Traumatisierungen ohne deren Bearbeitung. Sie gehört in die Hände ausgebildeter Traumatherapeuten.

### Basiswissen über Traumatisierung und Traumafolgen für Gruppenleiter/-innen

Von Traumatisierung sprechen wir, wenn ein Mensch eine überwältigende Angstsituation erlebt, die seine sämtlichen Bewältigungsmöglichkeiten erst einmal überfordert. Ich nutze für meine Praxis die folgende Zusammenfassung von wissenschaftlichen Trauma-Definitionen:

Ein Trauma ist eine seelische Wunde, die durch ein überwältigendes Angst- oder Schmerzerlebnis entsteht, das ein Gefühl größten Schreckens und völliger Ohnmacht auslöst und das Selbst- und Welterleben nachhaltig verändern kann.<sup>2</sup>

Viele der geflüchteten Menschen haben Situationen erlebt, die dieses Verletzungspotenzial enthalten – zum Beispiel Bombenangriffe – oder nahezu zwangsläufig in ein Trauma führen – wie Vergewaltigung oder Folter. Traumatherapeutinnen und -therapeuten weisen uns darauf hin, dass nicht jeder Mensch, der großen Schrecken erlebt hat, traumatisiert ist. Es gibt allerdings Ereignisse, besonders die willentliche persönliche Gewaltanwendung, die ein überwältigend hohes Traumatisierungspotenzial haben.

Wir können uns – durch ein Bild von Dr. Andreas Krüger, Facharzt für Kinder- und Jugendlichen-Psychiatrie und Begründer der PITT-KID-Traumatherapie – die Entstehung eines Traumas so vorstellen: Ein Mensch erlebt ein grässliches Angsterlebnis. In seinem Gehirn übernimmt das Stammhirn, das

Das Gehirn bleibt nach einem überwältigendem Angsterlebnis dauerhaft in Alarmzustand

2 Fischer und Riedesser definieren in ihrem Standardwerk »Lehrbuch der Psychotraumatologie« (2009, S. 84) ein Psychotrauma als ein »vitaler Diskrepanzerleben zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und den individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit dem Gefühl von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine dauerhafte Erschütterung von Selbst- und Weltverständnis bewirkt.« Martin Baierl und Kurt Frey fassen in ihrem »Praxishandbuch Traumapädagogik« (2014, S. 23) die Merkmale einer Traumatisierung wie folgt zusammen: »Traumatisierung entsteht durch Situationen oder Geschehnisse extremer oder lang anhaltender, meist außergewöhnlicher Belastung, welche die Bewältigungsmöglichkeiten des Betroffenen übersteigen und dadurch zu anhaltenden tiefgreifenden Veränderungen des Selbst- und Welterlebens führen sowie dauerhafte Veränderungen von Denken, Fühlen und Handeln hervorrufen.«

für das Überleben zuständig ist, reflexhaft das Kommando und befiehlt die einzigen Reaktionen, die ihm zur Verfügung stehen: Kampf, Flucht und Totstellreflex (vgl. zum Sinn des Totstellreflexes Levine, 1998, S. 103). Der Mensch überlebt. Das Gehirn dieses Menschen bleibt aber auch nach einem überwältigenden Angsterlebnis – oder auch einer Serie von großen und größten Schreckenserfahrungen – dauerhaft im Alarmzustand: Das »Reptiliengehirn« (Stammhirn, zuständig für reflexhaftes Verhalten), das zur Überlebenssicherung für Kampf, Flucht und Erstarrung zuständig ist, stellt seinen Dienst nach einem traumatischen Schreckenserlebnis nicht wieder ein. Stattdessen herrscht es dauerhaft über das »Katzengehirn« (limbisches System, zuständig für emotionales Erleben) und das »Professorengehirn« (die Großhirnrinde, zuständig für logisches Denken) (Krüger, 2015, S. 43 ff.).



Abbildung 1: Fuchs, Katze und Krokodil (Foto: Susanne Stein)

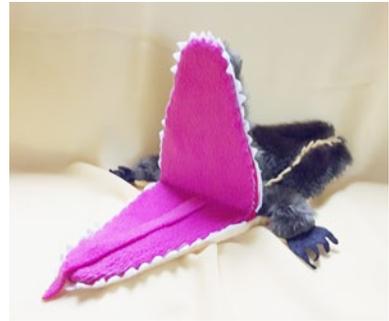


Abbildung 2: Krokodil (Foto: Susanne Stein)

Dieser dauerhafte Alarmzustand hat gravierende Folgen. Sie werden in der Traumaliteratur unter drei Rubriken zusammengefasst (Krüger u. Reddemann, 2016, S. 54):

1. Übererregungszeichen wie Unruhe, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen etc.,
2. intrusives Erleben wie Flashbacks, pseudohalluzinative Wahrnehmungen, die alle Sinnesqualitäten berühren können,
3. Vermeidungszeichen wie ein Ausweichen vor Situationen, die als Trigger für Intrusionen wirken könnten, dissoziative Symptome, emotionale Abstumpfung etc.

In meinen Begegnungen sind mir vor allem folgende Symptome von Traumafolgestörungen und daraus resultierende Probleme aufgefallen oder von Betroffenen berichtet worden:

Nervosität, Schlaflosigkeit, diffuse Schmerzen, allgemeine Ängstlichkeit, aufbrausendes Verhalten bei scheinbar geringfügigem Anlass, Ungeduld, Empfindlichkeit bei Stress, Alpträume, Konzentrationsprobleme, vegetative Störungen, autoaggressives Verhalten und auch Passivität, Mutlosigkeit, Müdigkeit, Lustlosigkeit, Kontaktvermeidung, Gedächtnisprobleme, Verslossenheit. Phänomene wie Flashbacks und sogenannte »Dissos« (Krüger, 2015, S. 145), in denen sich die Betroffenen fühlen, als würde die schreckliche Vergangenheit im Hier und Jetzt passieren, habe ich selbst nicht miterlebt, sie wurden mir aber eindrucksvoll geschildert.

Es war hilfreich, zu verstehen, dass sowohl Rückzug als auch Übererregung erst einmal sinnvolle Versuche sind, die Seele zu schützen. Dafür wird alles vermieden, was wieder in eine Gefahrensituation führen oder an sie erinnern könnte oder man bleibt ständig kampfbereit oder fluchtbereit. Wie gesagt: Das »Reptiliengehirn« ist in höchster Alarmbereitschaft.

Wir können uns vorstellen, wie diese nachvollziehbaren Traumafolgen das Leben in einem fremden Land erschweren, das die Menschen immer wieder in stressauslösende Situationen von Anstrengung und Ungewissheit stellt. Chronische Übererregung wie chronischer Rückzug behindern das Lernen und die Kontaktaufnahme. Flashbacks belasten die Betroffenen, die sich selbst unheimlich werden können und erschrecken die Menschen in ihrer Umgebung. Freundliche soziale Kontakte und Lernerfolge können so nicht oder nur minimal stattfinden, wären aber der dringend benötigte Balsam auf die Wunde.

Wenn wir trauma-sensibel arbeiten, beruhigen wir im Grunde das »Reptiliengehirn« und helfen, das harmonische Zusammenspiel zwischen den Gehirnteilen wiederherzustellen. So geben wir den Selbstheilungskräften einen Gedeihraum (um hier einmal einen Begriff von Ruth Cohn in anderer Weise zu nutzen) und ermöglichen den Menschen, wieder vorrangig ihre Ressourcen wahrzunehmen.<sup>3</sup> Unter günstigen Bedingungen können sich so mithilfe der persönlichen Selbstheilungskräfte die Traumafolgen zurückbilden. Wenn dies nicht geschieht und sich die Symptome verschlimmern, ist Therapie notwendig. Und als Gruppenleitungen benötigen wir dann für den Alltag ein Erste-Hilfe-Notfallprogramm (Haupt-Scherer, 2015, S. 33f.; Wild, 2017, S. 97ff.).

Wenn wir trauma-sensibel arbeiten, geben wir den Selbstheilungskräften einen Gedeihraum

Wie kann man die schwere seelische Belastung bis hin zur Traumatisierung bei der pädagogischen Arbeit berücksichtigen? Ich habe dafür aus den Vorträgen von Annette Junge-Schepermann im Jahr 2015 mein Basiswissen erhalten. Annette Junge-Schepermann ist Diplom-Psychologin, Kinder-Trauma-Therapeutin und Kunsttherapeutin mit eigener Praxis in Hamburg und stellt ihr Wissen großzügig auch engagierten Laienhelfern und -helferinnen zur Verfügung. Dieses Grundgerüst habe ich durch traumatherapeutische Literatur und Weiterbildungen weiter vertieft. Die Essentials für die pädagogische Arbeit mit gegebenenfalls traumatisierten Kindern und Erwachsenen habe ich nun in einem kleinen Zusatzkompass für den Umgang mit traumatisierten Menschen im nicht-therapeutischen Kontext zusammengefasst. Diesen lege ich in meinen Kontakten mit geflüchteten Menschen innerlich neben das TZI-Dreieck (vgl. Abbildung 3).

So werde ich immer daran erinnert, dass gegebenenfalls traumatisierte Menschen Folgendes brauchen:

- *Stabilisierung, Stabilisierung, Stabilisierung*  
Sie brauchen Sicherheit auf allen Ebenen, dazu zählt auch unser Beitrag zur Alltagsstruktur, zu Bildungsmöglichkeiten, zur Orientierung im neuen Umfeld und zu verlässlichen sozialen Kontakten. Auf gesellschaftlicher Ebene zählen auch sicheres Wohnen, Ernährung, ärztliche Versorgung und Arbeit dazu.



Abbildung 3: Zusatzkompass für den Umgang mit traumatisierten Menschen (Grafik: Susanne Stein)

<sup>3</sup> Vertiefte Informationen zur Bedeutung von Stabilisierung und Psychoedukation und mehr finden sich bei BAF (2017).

– *Ressourcenorientierung als Teil der Stabilisierungsmöglichkeiten*

Sie brauchen ein Gegenüber, das sie als Opfer anerkennt *und* in ihnen vor allem Überlebenskünstler/-innen mit vielen Fähigkeiten sieht. Sie brauchen Gruppenleiter und -leiterinnen, die ihnen die Erfahrungen von Gestaltung, Lernen, Handeln, Selbstwirksamkeit ermöglichen.

– *Überflutungsschutz als Teil der Stabilisierungsmöglichkeiten*

Sie brauchen Verbündete gegen die Angst, Menschen, die ihnen helfen, nicht von schlimmen Erinnerungen überwältigt zu werden und die sie vor neuen Ohnmachtssituationen so gut wie möglich schützen. Wir prüfen dafür unser Verhalten, unsere Themenangebote und unsere Strukturen auf angstauslösende Elemente und suchen bei Bedarf nach hilfreichen Alternativen.

### Was leisten die Haltung und Methode der TZI für Geflüchtete?

Mit unserer TZI-basierten Arbeit können wir bereits einen guten Beitrag für die Stabilisierung und insbesondere für die Ressourcenaktivierung geflüchteter Menschen leisten.

Durch die *Axiome* sind wir darin bestärkt, unsere Gemeinsamkeiten als Menschen deutlich zu erkennen und anzuerkennen. Sie helfen uns auch, in die Differenzierung zu gehen: Wieviel haben Geflüchtete bereits für ihre Grenzerweiterung getan? Wie eingeschränkt sind sie auch im Fluchtland zunächst in ihren Entfaltungsmöglichkeiten? Welche neuen Möglichkeiten finden sie vor? Und wir: Wie autonom bilden wir uns einen Standpunkt und bringen uns ein? Sind wir in der Lage, die politischen Interdependenzen zwischen den Konflikten in unseren Globes zu sehen und wahrzunehmen? Wie sehen unsere eigenen Begrenzungen und Erweiterungsmöglichkeiten aus? Die Axiome führen uns so zu Respekt, Akzeptanz, Interesse und Selbstreflexion. So sind wir in der Lage, wertschätzende Beziehungen einzugehen, die immer eine stabilisierende und ressourcenaktivierende Wirkung haben.

Aus der Psychoanalyse als einer der starken TZI-Wurzeln möchte ich noch einen Aspekt zum Menschenbild hinzufügen:

»There is good and bad in everyone« singen Paul Mc Cartney und Stevie Wonder in ihrem gemeinsamen Song »Ebony and Ivory«. Mir kommt diese Zeile vor wie eine Zusammenfassung der Freud'schen Überlegungen zu Liebe und Destruktion als die Menschen antreibenden Kräfte. »Good and bad in everyone« – diese Erkenntnis kann uns auch in der Flüchtlingsarbeit vor überzogenen Erwartungen an uns selbst und an die von uns betreuten Menschen bewahren. Die Situation der Hilfe lädt immer wieder zu Idealisierungen ein und kann dann unweigerlich auch Enttäuschungen nach sich ziehen.

Das *Chairpersonpostulat* ist eine Einladung und Ermutigung zur Selbstbestimmung, zum Erleben von Selbstwirksamkeit im Rahmen des jeweiligen Lebensumfelds und der eigenen Möglichkeiten. Das Zutrauen in die Selbstverantwortung jedes Menschen ist Nahrung für jede Seele – für eine Seele, die durch eine überwältigende Ohnmachtserfahrung verwundet wurde, umso wichtiger.

Das Leben geflohener Menschen ist zudem voller Störungen, innerer und äußerer, bei gleichzeitiger hoher Erwartung an ihre Integrationsleistung. Da ist es für Geflohene wie Unterstützende notwendig, mit diesen Störungen umgehen zu lernen, sie zunächst anzuerkennen und dann nach Möglichkeit zu begrenzen. Das *Störungspostulat* – vor allem in seiner ursprünglichen Formulierung »Disturbances and passionate involvements take precedence« (Farau u. Cohn, 1989, S. 360) – kann dabei enorm entlastend wirken und einen Beitrag zum Überflutungsschutz leisten. Die Voraussetzung dafür wäre, dass unsere Gruppenmitglieder uns signalisieren könnten, wo sie an

die Grenze ihrer seelischen Belastbarkeit stoßen. Gerade aber der Umgang mit Grenzsetzungen fällt aber traumatisierten Menschen oft schwer. Traumasensibilität würde hier bedeuten, das Setzen von Grenzen und ihre behutsame Erweiterung bewusst zu unterstützen.

Durch die *Strukturiertheit und Transparenz* unserer Methode bietet die TZI im Lernprozess ein relativ großes Maß an Sicherheit, was wiederum der Stabilisierung dient. Indem wir Beteiligung und Methodenvielfalt anbieten und so Lebendiges Lernen ermöglichen, tragen wir zur Ressourcenaktivierung bei.

Unsere *Themenformulierung* hilft bei der Konzentration und der Fokussierung auf einen Lerngegenstand im Hier und Jetzt und stützt durch den persönlichen Bezug die Lernmotivation. Dass wir zu einer einfachen Sprache greifen und zur Veranschaulichung vermehrt Bildmaterial und Gegenstände verwenden, versteht sich von selbst.

Die *dynamische Balance* zu realisieren, bleibt in Gruppen mit Menschen, deren Sprache wir nicht verstehen und deren Kultur und Lebenssituation wir nur rudimentär kennen, allerdings eine besondere Herausforderung. Wir fühlen uns oft unvollkommen in unserem Verstehen und tasten uns vorwärts. Wir erleben Missverständnisse und Misserfolge. Wir erleben auch viele glückliche Momente der Begegnung und des Lernerfolgs, das Aufblühen von Menschen. Die Situation ist aber (noch) überraschender und unkalkulierbarer, als wenn wir mit vertrauteren Gruppen arbeiten.

Wir können uns an dieser Stelle mit einem Satz der Traumatherapeutin Annette Jungeschepermann trösten: »Schon dein Versuch zu helfen, hilft«. »Schon wenn das Kind spürt, dass Sie es ermutigen und ihm helfen möchten, tut ihm dies gut. Sie können somit sehr viel Hilfreiches für die betroffenen Kinder tun, ohne an belastende Erinnerungen rühren zu müssen« (Stein, 2017, Trauma-Bilderbuch in Deutsch, S. 48 oder FAQ).

Zu unserem *Leitungsverständnis* gehört es, die Teilnehmenden als Chairpersons am Leitungsprozess partizipieren zu lassen und uns selbst als Mitlernende/r zu verstehen. Darin liegt für die Teilnehmer/-innen immer eine große Wertschätzung und Anerkennung ihrer Ressourcen. Für uns liegt darin stets die Aufforderung zum Mitlernen. In der Arbeit mit geflüchteten Menschen ist beides von besonderer Bedeutung. Sehr oft fühlen sich geflüchtete Erwachsene durch ihre Sprach- und Orientierungsprobleme, durch die Alimentation durch staatliche Einrichtungen und eine große Reglementierung ihres Alltagslebens in ihre Kindheit zurückversetzt. Jede Erfahrung von Selbstbestimmung ist daher wertvoll.

Jede Erfahrung von Selbstbestimmung ist wertvoll

Wir selbst sind im Mitlernen besonders gefordert. Zum einen müssen wir oft ein traditionelles Lehrerbild langsam überwinden helfen, zum anderen benötigen wir neues Wissen über die Psychologie von Gewaltopfern einerseits und über andere Kulturen andererseits. Wenn wir damit offen umgehen und uns sukzessive in fremde Welten einarbeiten, sind wir im wirklichen Sinne »Modellpartizipierende« und haben eine beruhigende und ermutigende Wirkung. Hervorragende Bücher und Veranstaltungen zu interkulturellen Differenzen und interkultureller Kompetenz bietet unter anderem Mehrnouch Zaeri-Esfahani an (vgl. Zaeri-Esfahani, 2015, 2016).

## Ein paar Schritte von der TZI zu einer trauma-sensiblen Pädagogik

Mit unserer TZI-basierten Arbeit unterstützen wir somit den Lern- und Integrationsprozess in vielfältiger Weise. Die geflüchteten Menschen können erstarken und dem erhofften guten Leben näher

kommen. Wir können uns mit ein paar Umsteuerungen in unserem Verhalten einer trauma-sensiblen Pädagogik weiter annähern. Das heißt aus meiner Sicht,

- zu realisieren, dass die geflüchteten Kinder oder Erwachsenen, mit denen ich arbeite, von Traumafolgen betroffen sein können, ohne dass ich das genau weiß,
- dass ich mein Handeln ganz bewusst unter den Zusatzkompass der Stabilisierung, der Ressourcenorientierung und des Überflutungsschutzes stelle,
- dass ich meine pädagogischen Möglichkeiten nutze, die Grenze zu therapeutischen Interventionen beachte und gegebenenfalls eine Brücke zur Therapie durch Fachleute baue.

Wie könnte das ganz praktisch aussehen? Hier seien zunächst nur ein paar Beispiele benannt, die mir ganz besonders am Herzen liegen. Interessenten finden weitere Anregungen in der Internetversion dieses Artikels.<sup>4</sup>

### *Beispiel für Themenbearbeitung*

Es gibt Themen, die für einen Teil der Geflüchteten mit dramatischen Erinnerungen besetzt sind. Scheinbar harmlose Themen wie Berichte über Urlaubsreisen (Wo wart ihr in den Sommerferien? Am Mittelmeer, in Griechenland, Italien ...) oder Feierrituale (Wie feiern Menschen Geburtstag, Hochzeit, Trauerfeiern?) können bei Geflüchteten Erinnerungen an Schrecken auslösen. Vielleicht sind sie selbst im Mittelmeer gekentert? Vielleicht ist eine Hochzeitsfeier bombardiert worden? Vielleicht können sie nicht mehr mit ihrer Mutter oder anderen Angehörigen feiern, weil diese tot sind oder vermisst werden? Hier helfen manchmal kleine Neuakzentuierungen der Themen, damit auch geflüchtete Kinder oder Erwachsene selbst etwas erzählen und den anderen zuhören können.

Statt: »Wie habt ihr in Syrien, im Irak, in Afghanistan Geburtstag gefeiert? Wie feiern wir in Deutschland?« Vielleicht besser »Wie werde ich in diesem Jahr meinen Geburtstag feiern?«

Hier zeigt sich, dass scheinbar harmlose Themen für einzelne Menschen Sprengsätze an schlimmen Erinnerungen enthalten oder tiefe Traurigkeit auszulösen vermögen. Wenn unsere Teilnehmenden dann abschalten und an dieser Stelle nichts beitragen können, ist das ein wichtiger Selbstschutz und Notfallmodus und sollte nicht durch Aufforderungen zur Aktivität erschwert werden.

### *Beispiele für die Nutzung von Strukturen*

#### *Entspannungsübungen*

Wir können unsere geflüchteten Gruppenmitglieder in den Lernprozessen nicht gänzlich vor Anstrengung, Stress und Frustration schützen. Wir sind aber in der Lage, sie zu entlasten, indem wir Körperübungen zum Bestandteil unserer Arbeit machen. Besonders vor und nach anstrengenden Aufgaben oder Themen können wir mit einfachen Übungen den Stress herunterfahren helfen. Abklopfen, Ausschütteln, Hüpfen, Dehnen, Recken und Strecken kann jede/r anleiten. Sehr wirksam sind auch Einzel-, Gruppen- und Partnerübungen mit Bällen, Tüchern, Federn und gefüllten Stoffsäckchen. Sie machen Freude, lockern, erhöhen die Konzentration und – so die Experten von stArt international – können die Gehirnfunktionen wieder ausgleichen helfen (vgl. stArt international, o.J.).

<sup>4</sup> Weitere Anregungen zu Themen, Strukturen, Beziehungsgestaltung und Globegestaltung finden Sie bei Susanne Stein unter [www.susannestein.de](http://www.susannestein.de) oder auf der Internetseite des Ruth-Cohn-Instituts unter <http://www.ruth-cohn-institute.org/fachartikel.html>. Stichworte: Stein, Geflüchtete, Trauma.

### *Umgang mit akut belastenden Gefühlen*

Viele Gruppenteilnehmer/-innen bringen die Belastungen aus ihrem kleinen Globe oder durch Informationen über aktuelles Geschehen in ihren Herkunftsländern mit in die Kurse. Manchmal leistet dann ein großes, gemeinsames Stimmungsbarometer gute Dienste, auf dem alle markieren, wie sie in die gemeinsame Aktivität einsteigen. Wir wissen dann, wer besonders belastet ist, ohne dass die Person dazu mehr erzählen muss. Wir können sie fragen, was wir jetzt tun könnten, um die Stimmung ein wenig aufzuhellen oder wir nehmen einfach Rücksicht darauf und sprechen sie bei Gelegenheit unter vier Augen an. Wir können auch im pädagogischen Kontext einen »Sorgentresor« einführen (vgl. Krüger, 2015, S. 122f.). In den Sorgentresor, der dann aus einem Karton oder etwas Ähnlichem bestehen kann, können am Beginn der Arbeitseinheiten Sorgen eingefüllt werden, die am Ende wieder mitgenommen werden können, wobei der Tresor sie manchmal schrumpft, manchmal auch nicht. Unsere Botschaft lautet damit: »Die Sorgen dürfen bleiben, müssen aber nicht das ganze Geschehen in dieser Zeit dominieren. Du darfst jetzt einmal abschalten.« Manche Lehrer/-innen sammeln die Handys Jugendlicher vor dem Unterricht ein. Dann sind sie durch Alltagskommunikation weniger abgelenkt, können aber vor allem während des Lernens keine neuen Anschlaginformationen erhalten oder Foltervideos anschauen. Auch solche Grenzziehungen durch uns können sehr hilfreich sein.

Die Sorgen dürfen bleiben, müssen aber nicht das ganze Geschehen dominieren

### *Beispiele für die Modifikation unserer Beziehungsgestaltung als Leitende Empathieroutine*

Eine meiner wichtigsten Erkenntnisse ist, dass ich aus Gründen des Überflutungsschutzes meine Empathieäußerung verändern musste. Wenn uns ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin vermittelt, dass es ihm oder ihr schlecht geht, oder wenn uns jemand von schweren Ereignissen aus seiner Vergangenheit erzählt, reagieren wir in aller Regel mit aktivem Zuhören und versichern ihm oder ihr so unserer Anteilnahme. Wir vertiefen das Gespräch, gehen ins Detail und gedanklich zurück in die Situation. Wir fühlen uns manchmal geehrt, dass uns Vertrauen geschenkt wird und wir hoffen auch, Fragen klären zu können, die uns zu dieser Person schon länger beschäftigen.

Was passiert dann? Im Bild gesprochen: Das regt das »Reptil« immer mehr auf, vielleicht lösen wir sogar einen Flashback aus, weil zu viele alte schlimme Gefühle und Bilder wieder auftauchen.

Welchen Weg kann man stattdessen gehen? Traumatherapeutinnen und -therapeuten empfehlen Laien im Kontakt mit gegebenenfalls traumatisierten Menschen diesen Dreischritt:

1. Ein kurzes, ehrliches Echo der Anteilnahme äußern, zum Beispiel: »Das war bestimmt ganz schlimm für dich/Sie.«
2. Nach Überlebenshilfen fragen: Wer oder was hat dir/Ihnen geholfen, aus dieser Situation herauszukommen? (Personen, Umstände, eigene Stärken)
3. Das Hier und Jetzt stabilisieren: Was tut dir/Ihnen heute gut? Was hilft dir/Ihnen heute, wenn die alten Gedanken oder Erinnerungen zurückkommen? Was möchtest/möchten du/Sie jetzt gerne tun? (vgl. Stein, 2017, Trauma-Bilderbuch FAQs). Diese sanfte wie konsequente Umsteuerung ist im Hinblick auf unseren Zusatz-Kompass logisch, muss aber erst einmal eingeübt werden.

Ein Beispiel: Ein Grundschulkind sieht beim Ausflug mit Elternbegleitung im Eisenbahn-Miniaturwunderland in Hamburg eine Darstellung der zerstörten Stadt Hamburg von 1945. Es zeigt darauf und sagt: »Halab« (Aleppo). Offenbar hat es diese zerbombte Stadt gesehen, vielleicht dort gelebt. Wir denken an den empfohlenen Dreischritt und fragen nicht nach: Erinnerst dich das an deine Heimatstadt? Ist euer Haus auch kaputt gegangen? Oh, deine Oma lebt da noch? Das ist ja schrecklich ...

Stattdessen kommen wir per Dreischritt so oder so ähnlich in die Gegenwart: »Das ist ein schlimmes Bild, nicht wahr? Alles kaputt.« – Blickkontakt – »Stell dir vor, das war mal Hamburg.« – Blickkontakt – »So sah es hier aus, als meine Mama (oder Oma) so alt war wie du.« – Blickkontakt – »Hier war auch mal alles kaputt durch einen Krieg. Und jetzt ist alles wieder heil. Alle Häuser und Schulen sind wieder heil.« Reaktion: »Mama, hier war auch mal alles kaputt und jetzt ist wieder alles heil!«

### *Psychohygiene*

Der Umgang mit traumatisierten Menschen kann – wenn sie länger andauert und/oder wenn wir uns in einzelne Menschen und ihr Schicksal intensiv einfühlen – dazu führen, dass wir uns als Unterstützende selbst überfordert fühlen. Eine traumapädagogische Weiterbildung oder Supervision helfen dann, mit unseren eigenen Gefühlen, insbesondere den Ohnmachtsgefühlen, umgehen zu lernen. Das heißt, angemessen zugewandt und abgegrenzt zu bleiben, statt in irgendeine ungünstige Abwehrhaltung zu geraten, die uns selbst unzufrieden macht – und unsere Gegenüber enttäuscht zurücklässt.

### Schlussbemerkung

Wir sind in der Arbeit mit seelisch belasteten Menschen gefordert und partiell mächtig! Wir können die Menschen so stärken, dass ihre Selbstheilungskräfte sich wieder entfalten können. Wir können bei vielen das Leid erheblich reduzieren, den Schmerz verkleinern, ohne das Trauma aufzulösen. Und wir können – wenn es notwendig ist – den Weg in die Therapie bahnen.

Wir sind in der Arbeit mit  
seelisch belasteten  
Menschen gefordert und  
partiell mächtig

Unsere pädagogischen Aufgaben sind damit noch reichhaltiger geworden, als sie es bisher schon waren. Wir sind zum Lernen herausgefordert. Uns wachsen neue Aufgaben und Handlungsfelder zu. Reichhaltiger meint aber auch, dass wir dadurch reicher werden an Sinnerfahrung und Lebensperspektiven.

Das letzte Wort möchte ich Ruth Cohn überlassen. Sie hat es schon 1988 geschrieben, also in wirklich weiser Voraussicht: »Das Flüchtlingsproblem ist planetarisch. Wenn dies nicht bewusst wird und zu internationalen humanen Handlungen führt, sind Krieg und Terror unvermeidlich. Ich weiß, dass planetare Lösungen nur sehr langsam zustande kommen können. Doch ich weiß auch, und wir alle dürften es wissen und uns darum bemühen, dass das Herz die Empfängnis-, Geburts- und Lebensstätte der Vernunft ist. Wirklich erkennen können wir nur mit dem Herzen, sagt der weise Fuchs. Es liegt an uns, dies Herz zu schulen« (Cohn, 1998, S. 179).

Weitere praktische Anregungen für ein trauma-sensibles Verhalten im pädagogischen Bereich finden Sie auf der Homepage der Zeitschrift unter [http://www.v-r.de/de/themenzentrierte\\_interaktion/m-64/500069/](http://www.v-r.de/de/themenzentrierte_interaktion/m-64/500069/)

## Literatur

- Act.Now. (2017). Dossier Children on the Move. Zugriff am 26.06.2017 unter [http://now-conference.org/wp-content/uploads/2017/02/NOW-Dossier\\_Children-on-the-move\\_2017.pdf](http://now-conference.org/wp-content/uploads/2017/02/NOW-Dossier_Children-on-the-move_2017.pdf)
- Cohn, R. (1989). Es geht ums Anteilnehmen. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Baierl, M., Frey, K. (Hrsg.) (2014). Praxishandbuch Traumapädagogik. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Bundesweite Arbeitsgemeinschaft der Psychosozialen Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer (BAFF e.V.) (2017). Flüchtlinge in unserer Praxis. Zugriff am 23.05.2017 unter [http://www.emdria.de/fileadmin/user\\_upload/emdira/PDF/Aktuell/BAFF-Fluechtlinge\\_in\\_unserer\\_Praxis.pdf](http://www.emdria.de/fileadmin/user_upload/emdira/PDF/Aktuell/BAFF-Fluechtlinge_in_unserer_Praxis.pdf)
- Farau, A., Cohn, C. (1984). Gelebte Geschichte der Psychotherapie. Stuttgart: Klett Cotta.
- Fischer, G., Riedesser, P. (2009). Lehrbuch der Psychotraumatologie. München: Ernst Reinhard.
- Haupt-Scherer, S. (2015). Traumakompetenz für die Kinder- und Jugendarbeit. Einführung in die Psycho-traumatologie und Traumapädagogik. Amt für Jugendarbeit der Evangelischen Kirche in Westfalen.
- Kroeger, M. (1989). Themenzentrierte Seelsorge. Stuttgart: Kohlhammer.
- Krüger, A. (2015a). Powerbook. Erste Hilfe für die Seele, Band 1 und 2. Hamburg: Elbe und Krüger.
- Krüger, A. (2015b). Erste Hilfe für das traumatisierte Kind. Ostfildern: Patmos.
- Krüger, A., Reddemann, L. (2016). Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie für Kinder und Jugendliche. Stuttgart: Klett Cotta.
- Langmaack, B. (1995). Wie die Gruppe laufen lernt. Weinheim: Beltz.
- Levine, P. (1998). Trauma-Heilung. Essen: Synthesis.
- stArt international e.V. emergency aid for children (o.J.). Bewegungsspiele, Rhythmik, Eurythmie, Akrobatik. Zugriff am 23.05.2017 unter <http://www.start-international.org/bewegungsspiele-rhythmik-eurythmie-akrobatik/>
- Stein, S. (2017). Das Kind und seine Befreiung vom Schatten der großen, großen Angst (Trauma-Bilderbuch in vielen Sprachen; FAQs). Zugriff am 23.05.2017 unter <http://www.susannestein.de/VIA-online/assets/trauma-bilderbuch-2017-internet.pdf>
- Wild, A. (2017). Sonne für die Seele. Selbsthilfebuch für traumatisierte Flüchtlinge. Nürnberg: Trauma-Hilfzentrum e.V.
- Zaeri-Esfahani, M., (2016). 33 Bögen und ein Teehaus. Wuppertal: Peter Hammer.



Susanne Stein  
Heinsonweg 6  
D-22359 Hamburg  
[susanne.stein@hamburg.de](mailto:susanne.stein@hamburg.de)

**Susanne Stein**, Pädagogin, Lehrbeauftragte für TZI seit 1996, Personal- und Organisationsentwicklerin, freiberuflich und bis Oktober 2016 in leitender Funktion. Derzeitige Arbeitsschwerpunkte sind das ehrenamtliche Trauma-Bilderbuch-Projekt und Veranstaltungen zu traumasensibler Pädagogik.  
Mehr: [www.susannestein.de](http://www.susannestein.de)