

Vortrag von Frau Prof. Andrea Kerres in Dillingen zum Thema: Flucht, Migration, Trauma - Unterstützungsmöglichkeiten der Schulberatung am 11.3.2016

Vorüberlegungen:

Im Kontext von Flucht und Vertreibung spielt Heimat eine zentrale Rolle und zwar als Lebensmöglichkeit da, wo man versteht und verstanden wird. Heimat kann also neu gewonnen werden.

Sozial emotionale Belastungen auf Seiten der Flüchtlinge:

Verlust von Kindheit, sicherer Bindung, oft von Eltern und Familie + traumatisierende Erlebnisse im Herkunftsland und auf der Flucht

bei Ankunft in der Fremde: Überforderung durch die Vielfalt (z.B. an Lebensmitteln)

> Es ist eine hohe Anpassungsleistung gefordert

> Oft hoher innerer Druck, den Auftrag der Eltern zu erfüllen

+ Auf der Flucht wurden Überlebensmechanismen entwickelt, die im Ankunftsland nicht unbedingt hilfreich sind (z.B. sein Eigentum ständig mit sich zu führen, nicht aus geöffneten Gefäßen trinken ...)

> Hohes Stressniveau, ständige Flucht- oder Angriffsbereitschaft

+ geringe Möglichkeit der Stressregulation

> *Unkonzentriertheit, Tagträumen*

Erkenntnis der Traumaforschung: "*Der Körper trägt die Last des Traumas*". Deshalb muss auch der Körper erleben, dass kein Stress da ist. Ein Trauma ist immer begleitet von Ohnmachtsgefühlen, existentieller Angst und Kontrollverlust. Es kommt zur sog. "Traumatischen Zange" (Michaela Huber) und einer Fragmentierung des Erlebten. Triggerreize können Flashbacks auslösen, die für das Individuum und die Umwelt unverständlich erscheinen.

Traumapädagogik versteht sich als Begleitung des Anpassungsprozesses an die neue Situation, um eine stabile Entwicklung zu ermöglichen:

1. Stabilisierungs- und Distanzierungstechniken zum Schutz vor unkontrollierbarer Überflutung mit traumatischen Bildern, Erinnerungen und Gefühlen.

2. Psychoedukation

a) auf der sprachlichen Ebene: Erklären, was gerade in ihrem Hirn passiert.

b) auf nichtsprachlicher Ebene durch Musik, Kunst, Körperwahrnehmung z.B. beim Sport, Projekte

In der Schule besonders wichtig:

Die "*Kultur des sicheren Ortes*"

- Schule als **gefahr- und gewaltfreier Raum** im äußeren Sinne,

- intrapersonelle Sicherheit = innerer sicherer Ort (durch Imagination, heilsame innere Vorstellungsbilder z.B. bei einer Fantasiereise zum inneren sicheren Ort)

- **interpersonelle Sicherheit** (Bindung)

Sich sicher fühlen heißt: "*Ich habe die Kontrolle über das, was mit mir passiert*" > Selbstbemächtigung

- Sekundäre Traumatisierung vermeiden! "*Nicht mehr versprechen, als man halten kann!*"

Das Helfersystem braucht auch sich selbst gegenüber eine fürsorgliche Haltung und die Kultur des sicheren Ortes!