

HOCHWASSER

Traumatische Erlebnisse in der Schule thematisieren

Ein Merkblatt aus aktuellem Anlass, für Lehrpersonen und weitere Fachkräfte im pädagogischen Bereich

- ***Thematisierung in der Schule***

Kinder jeden Alters kommen im Moment in Kontakt mit Nachrichten, Bildern und selbst eigenen Erlebnissen im Zusammenhang mit dem Hochwasser. Einzelne haben dabei sogar um ihr Leben oder um das Leben Verwandter und Bekannter bangen müssen. Aus psychologischen Gründen ist dieses Thema - unabhängig von der Stufe - in betroffenen Gebieten in der Schule aufzugreifen:

Es handelt sich um ein Erlebnis von Ohnmacht gegenüber von Naturgewalten. Es geht um emotionale Prozesse, die es zu verarbeiten gilt. Wichtig für direkt Betroffene aber auch für Hilfskräfte sind Nachsorgegespräche, so genannte Debriefings. Sie sollten wenn möglich innerhalb der ersten 24 bis 72 Stunden nach dem traumatisierenden Erlebnis stattfinden. Gerade Kinder sind auf wiederkehrende und (abhängig vom Alter) auf nicht lange aufgeschobene Verarbeitung angewiesen.

Die folgenden Anregungen zum Umgang mit diesem Thema in der Schule wurden aus aktuellem Anlass zusammengestellt und sind deshalb unvollständig (bei Bedarf kann man sich jedoch bei einem Schulpsychologischen Dienst bzw. einer Erziehungsberatungsstelle für weitere Informationen oder eine Beratung jederzeit melden):

- Sich innerhalb des Lehrerteams austauschen, gegenseitig Vorgehen mitteilen, erlebte Situationen mit SchülerInnen schildern, allenfalls Absprachen treffen.
- Für sich selbst oder im Gespräch mit KollegInnen klären, was die Situation für einen persönlich bedeutet, um selbst einen sicheren Umgang mit der Frage – trotz spürbarer Betroffenheit - vorleben zu können. So ist man innerlich vorbereitet, sowohl für eine geplante Gesprächsrunde wie für spontane Situationen. SchülerInnen orientieren sich erwiesenermassen stark an den non- und paraverbal spürbaren Einschätzungen der Lehrperson.
- Fragen nicht beiseite schieben sondern Ernst nehmen. Jedoch nicht ständiges Darauf-eingehen, eher Zeit für ein thematisches Gespräch in der (Halb-)Klasse schaffen, im Tagesverlauf anfallende Fragen aufschreiben und dann behandeln. Dies schafft einen freien Kopf, damit die Gedanken nicht immer präsent sein müssen und beugt auch möglichem "Ausnutzen" v.a. an der Sekundarstufe vor.
- An der Sekundarstufe kann „Hochwasser“ (Umweltschutz generell) als Thema im Unterricht aufgegriffen werden. Die Frage der Einflüsse der Menschen auf die Natur kann ein Thema sein.
- Fragen offen und sachlich angehen, z.B.
 - reisserische Kommentare und allfällige voreilige Schuldzuweisungen unterbinden.
 - starke emotionale Reaktionen verständnisvoll aufnehmen in dem Sinne, dass es normal ist, dass solche Emotionen / Reaktionen entstehen,
 - dazu kann man auch selbst, durch betroffene oder andere SchülerInnen schildern lassen, was bei ihnen das Hochwasser an Angst oder Beklemmung ausgelöst hat oder noch auslöst, ob

sie (Ein-)Schlafstörungen haben oder wann / wo / weshalb sie schon Angst hatten, welche natürlichen Angstsymptome auftraten und wie die Situation gemeistert wurde.

- Keinen Druck ausüben, etwas sagen zu müssen. Schilderungen anderer Menschen vermitteln auch allenfalls still Leidenden gegenüber, dass ihre Reaktion auf diese abnormale Situation eben normal ist.
 - Bei ungewöhnlichen Reaktionen darauf hinweisen, dass Trauer und Verzweiflung aber auch Aggression oder Lachen Ausdruck von Hilflosigkeit in der Situation sein können.
 - Darauf achten, dass emotional positiv abgeschlossen werden kann, mit einem Gefühl von Sicherheit / Geborgenheit, denn nur so kann die Angst auch verarbeitet werden (durch schlecht abgerundete Gespräche kann sie sogar verstärkt werden.). z.B.:
 - auf realistische Ebene zurückführen, aufzeigen, dass Ähnliches bei uns nicht die Regel ist (vielleicht Gründe erarbeiten, wieso: z.B. besondere Wetterlagen, Klimabedingungen)
 - Lied singen (weder zu traurig noch zu fröhlich, eher aktiv-positiv)
 - gemeinsame grosse Zeichnung mit positivem Inhalt anfertigen
- Kinder, die sich in der Gruppe exponieren, vor negativen Kommentaren schützen, allenfalls das Thema Vertraulichkeit aufgreifen: z.B. vereinbaren, dass die Geschichten der Anderen nicht weiter erzählt werden. Dabei aber darauf achten, dass die SchülerInnen dies nicht missverstehen und denken, sie dürften ein belastendes Thema mit niemandem mehr besprechen, sondern klar ist, dass nur die persönlichen Äusserungen der Anderen vertraulich behandelt werden.
 - Auf diskrete psychosomatische Störungen achten, allenfalls psychologische Intervention ins Auge fassen.

- **Hinweise auf Belastungsstörungen**

- Generell geben bei Belastungssituationen meist (plötzliche) emotionale oder Verhaltens-Veränderungen den Hinweis, dass es sich nicht um eine kurzfristige Belastungsreaktion sondern um eine andauernde Belastungsstörung handelt. z.B.:
 - wiederkehrende Gedanken an traumatische Erlebnisse
 - auffällige Vermeidung des Themas
 - emotionale Stumpfheit
 - Selbstwertproblem / selbstschädigendes Verhalten
 - übermässige physische Aktivität
 - Reizbarkeit / Unausgeglichenheit / Aggression
 - Misstrauen im zwischenmenschlichen Kontakt
 - (Ein-)Schlafstörungen
 - Konzentrationsstörungen / Schulversagen
 - psychosomatische Beschwerden
 - Angstreaktionen auf Auslöserreize die etwas mit dem individuell erlebten Trauma zu tun haben (z.B. können bei einer Person besondere Geräusche oder Wettersituationen ein innerliches Bild wachrufen)
- Bei Hinweisen / Verdacht auf pathologische Reaktionen Elternkontakt herstellen, SPD/EB beziehen.
 - Eltern gegenüber, die unsicher sind, können ähnliche Empfehlungen abgegeben werden.

Wir hoffen, wenigstens einen kleinen Beitrag zur Sicherheit im Umgang mit diesem schwierigen Thema leisten zu können.

Autoren: Franz Stalder, SPD Littau und Lothar Steinke, SPD Rothenburg

SKJP, 24.8.2005. Dieses Merkblatt darf frei kopiert und vertrieben werden.