

## Merkblatt zum Thema Traumatisierung

### Trauma

Von einem traumatischen Ereignis wird gesprochen, wenn

- dieses den Rahmen alltäglicher Erfahrungen und Belastungen weit übersteigt,
- eine Flucht davor unmöglich ist und
- die psychische Verarbeitung einen überfordert.

Als besonders schwerwiegend gelten von Menschen verursachte Traumata, wie sie vor allem in Kriegsgebieten vorkommen. Kriegsgewalt wird heute nicht mehr primär gegen eine feindliche Armee eingesetzt, sondern schliesst die gesamte gegnerische Zivilbevölkerung mit ein. Dies bedeutet, dass Kinder und Jugendliche aus entsprechenden Herkunftsländern möglicherweise Opfer von organisierter Gewalt sind.

### Traumatische Reaktionen als Folge von Folter

Unter Folter versteht man zweckgerichtete Handlungen, durch welche einer Person vorsätzlich grosse körperliche oder seelische Schmerzen oder Leiden zugefügt werden, um ihren Willen zu brechen. Unmenschliche Behandlung oder Strafe betrifft Handlungen, Haftbedingungen oder Strafformen, welche intensives psychisches oder physisches Leiden verursachen.

Menschen, die als Folge von Kriegen aus ihrem Heimatland flüchten mussten, waren möglicherweise aussergewöhnlich belastenden Erfahrungen ausgesetzt. Diese Belastungen sind manchmal lebenslang und über Generationen hinweg wirksam. Extrem hohe psychische Belastungen wie Bedrohung mit dem Tod, Zeuge sein von Gewalt an Anderen, Schilderungen von Gewalt und Ungewissheit über den Verbleib von Angehörigen können traumatische Reaktionen auslösen, die sich in vielfältiger Art und Weise äussern können.

### Trauma-Symptome

Posttraumatische Symptomgruppen:

- Wiedererleben: Erinnerungen an ein Ereignis drängen immer wieder hervor und belasten.
- Vermeidung: Situationen, Orte, Gespräche oder Gedanken, die an ein traumatisierendes Ereignis erinnern, werden aktiv vermieden, da das Wiedererleben belastend ist.

Auffallen können traumatisierte Menschen, indem sie über chronische physische Schmerzen klagen oder ein erhöhtes Kontrollbedürfnis signalisieren, das sich beispielsweise im Unterricht vordergründig durch Verweigerungsverhalten äussern kann.

Daneben können die folgenden Symptome Anzeichen sein von Traumata:

- Konzentrationsstörungen
- Interesselosigkeit
- mangelnde Spontaneität und Vitalität
- Aggressivität oder besondere Zurückhaltung
- Misstrauen und emotionale Distanz
- Isolation
- Übermüdung aufgrund von Schlafstörungen
- Ängste oder depressives Verhalten

### Unterstützung durch die Schule

Lehrpersonen und andere Bezugspersonen können in der Schule viel dazu beitragen, dass es einem Schüler bzw. einer Schülerin gelingt, trotz der belastenden Erfahrungen Entwicklungsschritte zu machen. Das frühzeitige Erkennen von Auffälligkeiten ist zentral, damit Vertrauen, Akzeptanz, Sicherheit und Wohlbefinden wiederhergestellt werden können.

Bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist Geduld und Verlässlichkeit wichtig. Unerwartete Veränderungen verunsichern und ängstigen. Wichtig ist es, ihnen im Schulalltag Ruhe, Ordnung und Sicherheit in klaren Strukturen zu vermitteln und die Möglichkeiten zu bieten, sich nonverbal oder sprachlich auszudrücken. Gespräche können angeboten werden, die Schülerinnen und Schüler sollen jedoch nicht ausgefragt werden. Gute soziale Beziehungen und der Schulalltag können helfen, das Selbstvertrauen der Kinder und Jugendlichen zu stärken und das Gefühl von Zugehörigkeit und Geborgenheit wieder herzustellen.

### **Weitere Unterstützung**

Wenn Lehrpersonen die genannten Symptome über eine längere Zeit beobachten, sollte an eine mögliche Traumatisierung gedacht werden. Therapeutische Aufgaben sind jedoch nicht Sache der Lehrpersonen, sondern müssen von spezialisierten Fachpersonen übernommen werden. Der Schulpsychologische Dienst, SPD, kann als Ansprechstelle kontaktiert werden. Eine Besprechung kann aufzeigen, ob möglicherweise eine Traumatisierung vorliegt. Der SPD pflegt auch zu diesem Thema die Zusammenarbeit mit dem Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst, KJPD.

Das Schweizerische Rote Kreuz zeigt grundlegende Informationen unter [www.redcross.ch](http://www.redcross.ch), unter [http://www.torturevictims.ch/index.php?id=9&L=2%20%20%2F%3Foption%3Dcom\\_preventive](http://www.torturevictims.ch/index.php?id=9&L=2%20%20%2F%3Foption%3Dcom_preventive) eine detaillierte Broschüre für Fachpersonen zum Thema Folter und Trauma.