



Sabine Höflich

Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Campus Baden

Traumapädagogik

DOI: <https://doi.org/10.53349/schuleverantworten.2024.i3.a460>

Traumapädagogik basiert auf Traditionen der Pädagogik und der Sozialen Arbeit. Psycho-traumatologie, Bindungs- und Netzwerktheorie sowie Psychotherapie- und Beratungswissenschaften werden als Bezugskonzepte genannt (Gahleitner et al., 2021). Im Fokus stehen Kinder und Jugendliche in pädagogischen Settings, in denen Stabilisierung und Schutz vor (weiterer) Traumatisierung durch Schaffung stabiler, strukturierter, sicherer Lernumgebungen, Beziehungsarbeit und Ressourcenorientierung angestrebt wird. Mit Hilfe von Skilltrainings werden Strategien erarbeitet, um Spannungs- und Erregungszustände wahrzunehmen, Emotionen und Auslöser zuzuordnen und Möglichkeiten der Selbstberuhigung bzw. -regulation anzuwenden (Baierl, 2014).

Traumapädagogik wird auch als *Pädagogik des sicheren Ortes* (Kühn, 2023) verstanden. Baierl (2016) spricht von fünf sicheren Orten: Räumlich betrachtet, bedarf es eines *äußeren sicheren Ortes*, an dem keine Gefahren drohen und an dem Menschen als *personale sichere Orte* agieren, die Schutz und Halt und somit emotionale wie physische Sicherheit bieten sowie Beziehungen positiv gestalten. Auch das Gefühl *spiritueller* Geborgenheit kann hilfreich sein. Selbstwirksamkeit zu erleben und das Bewusstsein, aus eigener Kraft Herausforderungen bewältigen und den Alltag gestalten zu können, gibt Selbstvertrauen und macht das *Selbst* zum sicheren Ort. Ein *innerer sicherer* Ort bietet auch Schutz und Rückzugsmöglichkeit, wenn sich Gefahren von außen nähern oder bedrängende innere Bilder auftauchen.

Damit Schule zum sicheren Ort werden kann, an dem auch ein emotionaler Dialog mit Lehrpersonen in geschützten Handlungsräumen möglich ist (Kühn, 2023), muss die pädagogische Institution ein sicherer Ort für alle Mitarbeitende sein. Vorgesetzte und Kolleg*innen sollen personale sichere Orte sein. Es bedarf an Raum für Fragen nach Sinn und dem größeren Ganzen. Anerkennung für individuelle Stärken und Anstrengungen zu erleben, Ideen einbringen zu können und selbstreflexiv wie im kollegialen Austausch bzw. mit fachlicher Beratung zu handeln, führt zum Erleben eigener innerer sicherer Orte. Erholungsmöglichkeiten und

Selbstberuhigungs- und Entspannungstechniken können helfen, sich zum eigenen inneren Ort zurückziehen zu können (Kühn & Bialek, 2017).

Traumapädagogik als *Pädagogik der Selbstbemächtigung* (Weiß, 2013) zielt darauf ab, zu empowern, das eigene Leben aktiv und selbstbestimmt zu gestalten. Autonomie, Selbstwirksamkeit und Verantwortung sind dabei bedeutsam.

Traumapädagogik als *Pädagogik des guten Grundes* (Scherwath & Friedrich, 2020) versteht gezeigtes Verhalten als einen Versuch, mit großem Stress bzw. extremer Belastung umzugehen. Wenn das gezeigte Verhalten wenig zielführend bzw. nicht entwicklungsförderlich ist, werden Alternativen bzw. bessere Strategien entwickelt.

Weitere Leitideen sind jene der *Wertschätzung des Individuums*; der *Partizipation*, welche nicht überfordern, aber zutrauen und somit Selbstwirksamkeit fördern soll; der *Transparenz*, die Klarheit schaffen und aus der Ohnmacht und Abhängigkeit führen will; und des *Spaßes* und der *Freude*. Wieder Freude am Leben zu spüren und positive Emotionen empfinden zu können ist ein großer Schritt, Geist und Körper zum positiven Erleben zu führen, damit Lernen sowie konstruktives Handeln möglich wird (Lang et al., 2013).

Literaturverzeichnis

Baierl, M. (2014). Dir werde ich helfen: Konkrete Techniken und Methoden der Traumapädagogik. In M. & K. Frey (Hrsg.), *Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche* (S. 80–107). V&R. DOI: 10.13109/9783666402456.19

Baierl, M. (2016). Mit Sicherheit ein gutes Leben. Fünf sichere Orte. In M. Baierl, & K. Frey, *Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche*. (S. 56–71) V&R. DOI: 10.13109/9783666402456.19

Gahleitner, S. B., Golata, A., Rothdeutsch-Granzer, Ch., & Kronberger, H. (2021). Traumapädagogik. *Z Psychodrama Soziom* 20 (Suppl 1), 129–142. <https://doi.org/10.1007/s11620-021-00610-3>

Kühn, M., & Bialek, J. (2017). *Fremd und kein Zuhause. Traumapädagogische Arbeit mit Flüchtlingskindern*. V&R.

Kühn, M. (2023). Macht Eure Welt endlich wieder zu meiner! In J. Bausum, L. Besser, M. Kühn, & W. Weiß (Hrsg.), *Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis* (S. 24–37). Juventa (4. Auflage).

Lang, B., Schirmer, C., Lang, T., Andreae de Hair, I., Wahle, T., Bausum, J., Weiß, W., & Schmid, M. (Hrsg.) (2013). *Traumapädagogische Standards in der stationären Kinder- und Jugendhilfe. Eine Praxis und Orientierungshilfe der BAG Traumapädagogik*. Beltz Juventa. S. 84-103.

Scherwath, C., & Friedrich, S. (2020). *Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierungen* (4. Auflage). Ernst Reinhardt.

Weiß, W. (2013). Selbstbemächtigung – ein Kernstück der Traumapädagogik. In J. Bausum; Besser, L; Kühn, M; Weiß, W; (Hrsg.) *Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis* (S. 167–181) (3. Aufl.). Juventa.

Autorin

Sabine Höflich, Mag. Dr.

Hochschullehrende an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich, zuvor Volks- und Sonderschul- sowie Ausbildungslehrerin, Arbeitsschwerpunkte: Diversität und Inklusion; Publikationen in den Bereichen Resilienz, Traumapädagogik, Autismus und Pädagogisch-praktische Studien.

Kontakt: sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at