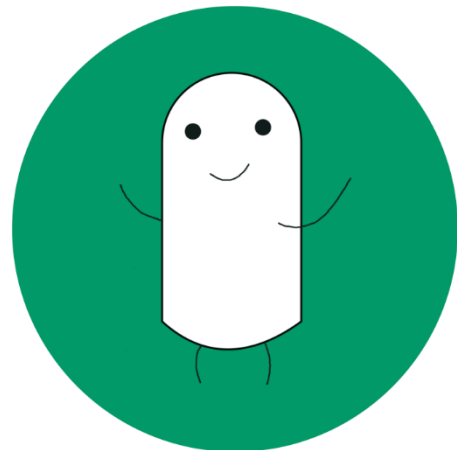


(Trauma)-Pädagogisches Projekt für Schulklassen im Primarbereich .

„Copi oder Wie Du dir selber hilfst.“

vorgelegt von

Julia Bethlehem
Kralheider Straße 14
33649 Bielefeld
E-Mail: info@copi-projekt.de



Kurzvorstellung

Mein Name ist Julia Bethlehem, ich bin 42 Jahre alt und Mutter von einer 14-jährigen und einer 8-jährigen Tochter. Im Jahr 2009 habe ich meinen Abschluss zur Diplom-Soziologin mit dem Schwerpunkt Soziale Probleme und Problemintervention gemacht. Seit nunmehr 14 Jahren arbeite ich bei der Arbeiterwohlfahrt, Kreisverband Gütersloh. Zu Beginn war ich zehn Jahre an einer Grundschule in Verl im Kreis Gütersloh tätig. Dort leitete ich die Soziale Gruppenarbeit für Kinder mit auffälligem Sozialverhalten in Verbindung mit aufsuchender Elternarbeit. Mein Aufgabenprofil an der Schule erweiterte sich dann nach sechs Jahren um den Bereich der Schulsozialarbeit. Seit vier Jahren bin ich als Schulsozialarbeiterin und Leiterin des Offenen Ganztages in Personalunion an der Regenbogenschule, Förderschule mit dem Schwerpunktsprache im Kreis Gütersloh tätig.

Im Rahmen von Fort- und Weiterbildungen habe ich in den vergangenen Jahren diverse Kenntnisse der Sozialen Arbeit erlernen können. Themenbereiche waren hierbei unter anderem Deeskalation, Konfliktlösung sowie Trennungs- und Scheidungsberatung. Im März 2023 habe ich bei dem Zentrum für Psychotraumatologie und Traumatherapie Niedersachsen (zptn) ein dreijähriges Curriculum zur Psychotraumatologie abgeschlossen

1. Beschreibung der traumapädagogischen Projektes

Das vorliegende Projekt befasst sich mit (präventiver) Traumapädagogik in Grund- und Förderschulen im Primarbereich. Ziel des Projektes ist es, Kindern Methoden des Stresscopings zur Reorientierung und Selbstregulation innerhalb des Schulalltages zu vermitteln. Dabei fungieren Lehrkräfte als Multiplikatoren. Um dies umzusetzen, werden die Lehrer:innen im Vorfeld der Projektdurchführung geschult.

Die Idee für dieses Projekt ist im Rahmen der Schulsozialarbeit an der Regenbogenschule im Kreis Gütersloh entstanden. Während der Covid-19-Pandemie ist vermehrt deutlich geworden, dass die Selbstregulations- und die Reorientierungsfähigkeiten der Schüler:innen oft nicht vorhanden oder nicht gefestigt sind. Ein nicht unerheblicher Teil des Unterrichts wird von den Lehrkräften dafür aufgewendet, Kinder in emotionalen Ausnahmezuständen zu beruhigen. Dies war schon vor der Pandemie ein Thema. Jedoch zeigt sich, dass die erheblich zurück gegangene soziale Interaktion und auch der längere Verbleib im Elternhaus ggf. Faktoren sein könnten, welche verstärkt haben, dass die Fähigkeit zur Selbstregulation weiter zurück gegangen ist. Demzufolge haben immer mehr Lehrkräfte bezüglich dieser Problematik von Schüler:innen um Unterstützung bei der Schulsozialarbeit gebeten.

Anhand eines Beispiels soll an dieser Stelle verdeutlicht werden, welche Formen der mangelnden Selbstregulation hiermit gemeint sind:

Die Klasse soll sich auf dem Flur aufstellen. Die Lehrkraft möchte mit ihren Schüler:innen in die Bibliothek der Schule gehen. Die Kinder stehen in einer Reihe auf dem Flur. K. hat gesehen, dass seine Schuhe nicht richtig im Regal stehen. Er verlässt die Reihe, um seine Schuhe richtig hinzustellen. Als er an seinen Platz zurückkehren möchte, hat sich dort ein anderes Kind hingestellt. Als K. das sieht, fängt er an zu schreien. Er kreischt in einem sehr hohen und schrillen Ton in einer enormen Intensität. Die Lehrerin reagiert auf ihn und versucht ihn zu beruhigen, indem sie ihn mit ruhiger Stimme und auf Augenhöhe anspricht. Er hört nicht auf zu schreien. Die Lehrerin will ihn wieder mit in den Klassenraum nehmen, um mit ihm zu reden. Er hält sich an der Garderobe fest, kreischt weiter und fängt an seine Lehrerin zu treten.

Aus der Familiengeschichte von K. (Mutter alleinerziehend, Vater hat die Familie plötzlich und unerwartet verlassen, der große Bruder hat eine geistige Behinderung, K. hat eine Sprachentwicklungsstörung) lässt sich ein früheres bzw. aktuelles traumatisches Erleben vermuten. Er ist in diesen Momenten nicht mehr ansprechbar, dissoziativ und die Lehrkräfte sind oft ratlos, wie am besten auf Kinder wie K. eingewirkt werden kann oder soll.

Dieses Verhalten einzelner Kinder führt dazu, dass auch andere Schüler:innen das Verhalten ihrer Mitschüler:innen kopieren und ebenfalls die „Ketten der Schulregeln“ sprengen. Hierdurch entsteht in Folge dann wiederum eine Dynamik, welche den Kindern vermittelt, im Schulalltag nicht sicher zu sein. Das Leben und Lernen an Schule werden deutlich erschwert. Aus diesem Grund können nicht nur Kinder, welche ein Trauma erleiden oder erlitten haben, von dem vorliegenden Projekt profitieren, sondern auch resiliente Kinder ohne traumatische Erfahrungen.

Aufgrund der bereits beschriebenen ungenügenden personellen Ausstattung im Hinblick auf die hohe Schülerzahl an Grund- und Förderschulen, hier insbesondere im Hinblick auf die Schulsozialarbeit, ist es zwangsläufig so, dass nicht jedes Kind (trauma)pädagogisch individuell begleitet werden kann. Das Projekt hilft dabei alle Kinder der Schule auf niedrigschwellige Art zu erreichen. Einzelne Kinder können darüber hinaus bei Bedarf und im Anschluss an das Projekt durch die Schulsozialarbeit individuell begleitet werden.

Wie bereits oben angedeutet ist die nicht vorhandene Ausbildung von Lehrkräften in der Traumapädagogik eine weitere Problemlage. Nicht zuletzt durch die Pandemie, sondern auch durch die geflüchteten Kinder aus der Ukraine oder anderen Krisengebieten, sehen Lehrkräfte sich zunehmend mit Traumata konfrontiert und sind im Umgang mit traumatisierten Kindern

oft nicht handlungsfähig. Auch an dieser Stelle setzt das Projekt an und unterstützt Lehrkräfte in ihrer Arbeit.

Problemlagen im Überblick
<ul style="list-style-type: none">- Zunahme von eskalierenden Momenten an Schule durch mangelnde Selbstregulation der Schüler:innen- Mangelnde personelle Ausstattung der Schulsozialarbeit- Fehlende Kenntnisse der Traumapädagogik bei Lehrer:innen

2. Zielbeschreibung

Anhand der dargestellten Problemlagen wird deutlich, dass es an Schule einen deutlichen Bedarf gibt, traumapädagogisch zu arbeiten. Demzufolge ist es wichtig Lehrer:innen als Multiplikatoren zu schulen, um so eine Verbreitung der Coping- und Reorientierungsstrategien innerhalb von Schule niedrigschwellig zu ermöglichen.

Durch die Vermittlung von traumapädagogischen Grundlagen kann bei den Lehrkräften eine Handlungsfähigkeit in kritischen Situationen erreicht werden. Die Vermittlung von psychoedukativen Inhalten erleichtert den Lehrer:innen die Arbeit mit traumatisierten Kindern und soll sie in kritischen Situationen unterstützen.

Zudem sollen die Kinder lernen, sich selbst zu helfen. Wut und starke Gefühle sind „ein gesunder Überlebensmechanismus, der uns signalisiert, dass Gefahr für unser Wohlergehen droht und etwas falsch läuft oder einer Änderung bedarf.“ Kinder haben weniger Übung darin ihre Gefühle auszudrücken und die Gehirnzentren, die für das logische Denken zuständig sind, sind noch nicht ganz ausgereift. Das führt dazu, dass die Wut oder ähnlich starke Gefühle zu einer kurzfristigen und unreflektierten Problemlösung werden. Hier setzt das vorliegende Projekt an. Durch Training und Übung sollen die Kinder Methoden erlernen, welche sie in eigenen Krisen anwenden können. Das Repertoire der Handlungsmöglichkeiten der Kinder wird erweitert. Durch die Arbeit im Klassenverband bekommt kein Kind eine Sonderstellung, da alle Kinder gemeinsam mit ihrer Klassenleitung das gleiche Training durchlaufen. Dementsprechend kommt es auch bei der Anwendung der Übungen im Krisenfall nicht zu stigmatisierenden Momenten.

Viele Projekte, die auf ähnliche Problemfelder ausgelegt sind, funktionieren in dem Moment der Durchführung gut. Allerdings bleiben der längerfristige Nutzen und die Nachhaltigkeit leider oft auf der Strecke. Um eine möglichst nachhaltige Wirkung des Projektes zu erzeugen, bekommen die Kinder zum Abschluss des Projektes visuelle Erinnerungshilfen (Poster etc.) und werden angeleitet individuelle Entscheidungen (Arbeitsblatt) zu treffen. Auch die Eltern, Erziehungsberechtigte und sonstigen Mitarbeiter:innen der Schule werden über das Projekt informiert (Flyer) und angeleitet, die Selbstregulationsstrategien mit den Kindern zu üben. So kann das Projekt das Bild einer Schule in Bezug auf den Umgang mit herausfordernden Situationen nachhaltig verändern.

Zielsetzung im Überblick
<ul style="list-style-type: none">- Vermittlung von traumapädagogischen Grundlagen für Lehrer:innen- Vermittlung von Copingstrategien an Schüler:innen- Regulation und Reorientierung ohne stigmatisierende Momente für Kinder- Nachhaltigkeit des Projektes (Visualisierung und Vermittlung von Projektinhalten an Elternhaus und weitere Akteur:innen der Schule)

3. Umsetzung

Das Projekt wurde exemplarisch an der Regenbogenschule des Kreises Gütersloh durchgeführt. Hierzu muss Erwähnung finden, dass die Schule eine Sprachförderschule im Primarbereich ist. Durch diesen Umstand ergeben sich, im Vergleich zu anderen Grundschulen, unter Umständen Problemstellungen aufgrund von individuellen Sprachverarbeitungsproblemen, welche an einer Regelschule nicht auftreten würden.

Das Projekt besteht aus drei Bereichen:

3.1 Erarbeitung des Projektes

3.2 Schulung der Lehrkräfte

3.3 Unterrichtseinheiten „Copi oder Wie Du dir selbst hilfst“

Im Folgenden sollen diese Bereiche näher erläutert werden.

3.1 Erarbeitung des Projektes

Zur zielgruppengerechten Umsetzung des Projektes wurde „Copi“ entwickelt. Copi ist eine kleine, rudimentär gezeichnete Figur, welche den Kindern Psychoedukation vermittelt und mit ihnen die Strategien und Techniken einübt. Der Name Copi leitet sich zum einen von „Coping-Strategien“ und zum anderen auch von „Copilot“ (ähnlich: Begleiter, Beisitzer) ab. Die Kinder sollen sich mit Copi identifizieren. Zu diesem Zweck ist Copi geschlechtsneutral und sehr einfach gehalten. So können die Kinder die Figur auch selber zeichnen und die Identifikation gestärkt werden.

Copi ist Protagonist von drei kurzen Filmen. Der erste Film behandelt die Psychoedukation. Der zweite und dritte Film beinhaltet die Übungen und Anleitungen dazu.

Basis des Films zur Psychoedukation ist das Handmodell nach Siegel. Copi erklärt den Kindern auf einfache Weise, was in ihrem Gehirn passiert, wenn sie sich nicht mehr kontrollieren können. Das Handmodell nach Siegel wurde hierbei noch weiter vereinfacht.

Die Übungen und Anleitungen der Strategien und Techniken des zweiten und dritten Films sind den Unterlagen der Ausbildung zur „Psychotraumatologie“ von Lutz Besser und Sabine Hauptscheerer entliehen und kindgerecht abgewandelt worden. Hierbei werden in der zweiten Einheit die Top-Down-Techniken (kognitive Beruhigung) vermittelt. Im dritten Teil lernen die Kinder dann die Bottom-Up-Techniken (körperliche Beruhigung). Des Weiteren wurde, aus didaktischen Gründen, für jede Übung ein Bild angefertigt. Dies dient zum einen der besseren Visualisierung für die Kinder. Zum anderen können die Kinder mittels roten und grünen Klebepunkten die Strategien bewerten. Dies hilft bei einer ersten Einordnung des persönlichen Nutzens der Strategie.

Anschließend wurde ein Arbeitsblatt für die Schüler:innen entwickelt. Dieses soll den Kindern dabei helfen, sich aus den Übungen die für sie passenden Techniken herauszusuchen. Das Arbeitsblatt soll zu einem kleinen Heftchen gefaltet werden. Hierzu wird eine Bastelanleitung an die Kinder ausgegeben. Die Form des Heftchens dient dazu, dass die Kinder das Arbeitsblatt jederzeit griffbereit haben und es nicht in einer beliebigen Mappe verschwindet.

Abschließend wurde ein Poster mit allen Techniken und Übungen angefertigt. Dieses Poster ist für die Platzierung im Klassenraum gedacht, um eine dauerhafte Visualisierung zu ermöglichen. So haben die Kinder Copi und seine Strategien immer im Blick. Als weitere visuelle Unterstützung wurden Aufkleber mit einem Copi gedruckt. Jedes Kind, das an dem Projekt teilgenommen hat, bekommt zum Abschluss des Projektes einen solchen Aufkleber. Dies hilft ebenfalls dabei, dass sich die Kinder über einen längeren Zeitraum an die erlernten Strategien erinnern können und, dass sie die Möglichkeit haben, diese auch auszuüben. Zudem bekommen die Kinder einen Flyer an die Hand. Dieser ist in erster Linie für die Eltern und Erziehungsberechtigten gedacht. Das Projekt wird kurz vorgestellt und die Übungen erläutert. So wird Copi mit seinen Übungen zu Hause zum Gesprächsthema, ein Bewusstsein für das Training geschaffen und kann auch in den Familien geübt und eingesetzt werden. Außerdem

wird der Flyer ebenso an die Fachlehrer:innen und Betreuer:innen im Offenen Ganztage verteilt. Alle beteiligten Erwachsenen sind somit über das Projekt informiert und könnten es umsetzen.

3.2 Schulung der Lehrkräfte

Die Schulung der Lehrkräfte findet in der Regel im Rahmen einer etwa zweistündigen Fortbildung statt. Anhand psychotraumatologischer Konzepte wird den Lehrer:innen das Konzept von „Coping oder Wie Du dir selber hilfst.“ erläutert.

Mittels einer Power Point Präsentation können so theoretische Hintergründe vermittelt werden. Wichtigster Bestandteil der Präsentation ist der Bereich der Psychoedukation (Window of tolerance, Handmodell nach Siegel (ausführlich), Konzept des guten Grundes). Diese Bereiche sind in der konkreten Arbeit mit den Kindern besonders wichtig. So können die Verhaltensweisen der Kinder besser nachvollzogen und verstanden werden. Die zu gewinnenden Erkenntnisse der Lehrerschaft sollten darin bestehen, dass das Verhalten der Lehrkraft eine mangelnde Selbstregulations- und Reorientierungsfähigkeit oft nicht verhindern kann. Die Lehrer:innen können lernen, angemessen auf das Verhalten zu reagieren und ihre Schüler:innen zu sensibilisieren sich selbst zu helfen.

Zudem wurden die konkreten Unterrichtseinheiten mit Coping vorgestellt und die traumapädagogische Relevanz der einzelnen Übungen und Techniken für die Lehrkräfte erläutert. Die Lehrer werden befähigt das Projekt selber in ihrer Klasse durchzuführen.

3.3 Unterrichtseinheiten „Coping oder Wie Du dir selber hilfst“

Die folgende Tabelle zeigt die Methodik hinter den Unterrichtseinheiten (UE):

UE	Inhalt	Umsetzung / Ablauf	Zielsetzung	Material
1	Film: Psychoedukation – Was passiert im Gehirn, wenn ich wütend bin? Einführung Coping.	Unterrichtsgespräch: Gefühle. Wer von Euch war schon einmal wütend oder traurig? Wer hat dann schon einmal etwas gemacht, was er/sie nicht machen wollte?	Durch das Unterrichtsgespräch über Gefühle, erfahren die Schüler:innen, dass viele Kinder Probleme damit haben sich in kritischen Momenten selbst zu regulieren. Die Kinder realisieren, dass sie damit nicht alleine sind.	
		Film 1	Einführung Coping. Die Kinder lernen Coping kennen und haben die Möglichkeit sich mit der Figur zu identifizieren. Handmodell nach Siegel: Die Kinder erfahren, was in ihrem Gehirn passiert, wenn sie sich nicht mehr regulieren können.	Film 1
		Gemeinsames Training des „Handmodells“	Vertiefung der erlernten Inhalte durch Handlungsorientierung.	
		Unterrichtsgespräch: Weiterer Gesprächsbedarf?	Indem den Schüler:innen zu Beginn Raum für ihre Gefühle gegeben wird, können die Kinder zuvor Erlebtes weiter thematisieren.	
2	Coping-Strategien	Unterrichtsgespräch über den 1. Film. / Handmodell mit	Vertiefung der Inhalte der 1. UE.	

	(Kognitive Beruhigung – Top-Down – Techniken)	Kindern noch einmal einüben.	Zielsetzung der Ideen von Copi verdeutlichen = Selbstregulation	
		Film 2	Erlernen der kognitiven Beruhigungsstrategien durch Übung im Klassenverbund.	Film2
		Bewerten der Strategien durch Aufkleber in „Ampelfarben“ auf Copi-Bildern	Erste Einordnung des eigenen Nutzens der Strategien.	Laminierte Coping-Strategien im A4-Format Klebefunkte rot- grün
		Unterrichtsgespräch: Weiterer Gesprächsbedarf?	Indem den Schüler:innen zu Beginn Raum für ihre Gefühle gegeben wird, können die Kinder zuvor Erlebtes weiter thematisieren.	
3	Coping-Strategien (Körperlich – Bottom – Up - Techniken)	Unterrichtsgespräch: An welche Strategien erinnert ihr euch noch? Macht sie einmal vor!	Bewerten der Strategie mit Ampelaufklebern (rot-grün). Erste Einordnung des eigenen Nutzens der Strategien.	Film 3 Laminierte Coping-Strategien im A4-Format Klebefunkte rot- grün
		Film 3	Erlernen der körperlichen Beruhigungsstrategien durch Übung im Klassenverbund.	
		Bewerten der Strategien durch Aufkleber in „Ampelfarben“ auf Copi-Bildern	Erste Einordnung des eigenen Nutzens der Strategien.	Laminierte Coping-Strategien im A4-Format Klebefunkte rot-grün
		Unterrichtsgespräch: Weiterer Gesprächsbedarf?	Indem den Schüler:innen zu Beginn Raum für ihre Gefühle gegeben wird, können die Kinder zuvor Erlebtes weiter thematisieren.	
4	Verfestigung der Coping-Strategien	Unterrichtsgespräch: Sammeln aller Coping-Strategien. Sammlung an Tafel mit Hilfe von Copi-Bildern, nachdem Kinder sie benannt haben. Übungen vormachen lassen	Vertiefung der Inhalte aus der 2. und 3. UE durch Wiederholung und Anregen des Vorwissens.	Laminierte Coping Strategien im A4-Format

		Unterrichtsgespräch: Eigene Coping-Strategien entwickeln und vorstellen	Partizipation. Verdeutlicht, ob Kinder Strategien verstanden haben. Ein Ideenpool entsteht. Die Kinder entwickeln eigene Strategien.	
		Arbeitsblatt „Copi-Heft“	Strategien für sich einordnen und bewerten. Präferierte Strategien benennen.	Arbeitsblatt Faltanleitung
		- Abschluss: Aufhängen des Copi-Posters (Klassengemeinschaft findet gemeinsamen Ort im Klassenraum). - Verteilen der Copi-Aufkleber (Jedes Kind findet einen individuellen Ort für sich). - Verteilen der Copi-Flyer für die Eltern.	Die dauerhafte Visualisierung von Copi kann Anwendung der Übungen im Schulalltag erleichtern.	Copi-Poster Copi-Aufkleber Copi-Flyer Eltern/ Fachkräfte
5	Refresher – Verfestigung der Coping-Strategien Zeitlich etwa 4 Wochen nach der 4 Copi-Einheit	Unterrichtsgespräch: An welche Strategien erinnert ihr euch noch? Welche habt ihr im Alltag angewendet?	Strategien verfestigen. Erinnerung an Copi.	
		- Erklären und erläutern des Copi-Barometers für die Kinder. Ab wann ist der Zeitpunkt erreicht, an dem ich mich selbst regulieren muss?	Copi-Barometer: Einordnen, ab wann die Strategien für die Kinder relevant werden.	Copi-Barometer

3.4 Elternabende

Nach Bedarf kann das Projekt um drei Online-Elternabende ergänzt werden. Den Eltern werden Hintergründe zur Stressregulation vermittelt und insbesondere das „Konzept des guten Grundes“ näher erläutert. Zudem wird erarbeitet, wie die unterschiedlichen Strategien auch im häuslichen Umfeld Umsetzung finden können. Das Online-Format wurde bewusst gewählt, damit die Eltern einen niedrigschwelligen Zugang zu dem Projekt haben.

4. Evaluation

Zum Abschluss des Projektes wurde dieses nach einem ersten Durchgang mittels selbst entwickelter Fragebögen von den Lehrkräften und Schüler:innen evaluiert.

Insgesamt wurden vier Lehrkräfte befragt, welche sowohl an der Schulung teilgenommen als auch die Unterrichtseinheiten absolviert hatten. Die Rückmeldung der Lehrkräfte fiel durchweg positiv aus. Die theoretischen Inhalte wurden als wichtig empfunden. Als optimal erachtet wurde es, den Unterricht gemeinsam mit Schulsozialarbeit und Lehrkraft durchzuführen. Sehr positive Rückmeldung erhielt ich, neben der Visualisierungsmaterialien auch für den Flyer, welcher für Fachkräfte und Eltern gedacht ist. So konnte das Projekt direkt weitergedacht werden. Essentiell bei der Umsetzung der Übungen durch die Kinder in kritischen Situationen sei in jedem Fall die Motivation der beteiligten Lehrkräfte. In dem Fall, dass Copi nicht weiter

in das Unterrichtsgeschehen und den Schulalltag eingebunden wird, wurde die Wahrscheinlichkeit einer Umsetzung der Übungen durch die Kinder eher geringer eingeschätzt. Der Schülerfragebogen wurde exemplarisch an 14 Schüler:innen einer jahrgangsübergreifenden Klasse (1.-3. Klasse) und an 12 Schüler:innen einer 4. Klasse verteilt. Die Schüler:innen empfanden das Projekt durchweg positiv. Hier ist der Aspekt der sozialen Erwünschtheit bei den Antworten zu bedenken. So gab es aber auch vereinzelt Kinder, welche angegeben haben, dass sie für sich keine Übung finden konnten. Allgemein scheinen die individuellen Sprachverarbeitungsprobleme der Kinder der Regenbogenschule keinen expliziten, offensichtlichen Einfluss auf das Projekt gehabt zu haben. Das Projekt ist in der vorliegenden Form auch auf eine Regelschule übertragbar.

Aus dem Schulalltag konnte ich einige weitere Erlebnisse nach den ersten Durchläufen mit Copi sammeln: Eine Lehrerin gab an, dass die Kinder ihrer Klasse ihr das Handzeichen mit den geöffneten Fingerspitzen gezeigt haben, als sie aufgrund eines Vorfalls wütend vor der Klasse stand. Die Lehrerin habe dann darauf reagiert und sich mittels einer Atemübung vor der Klasse regulieren können.

Eine Klasse war im Anschluss an das Projekt mit einer anderen Klasse, welche das Training nicht durchlaufen hat, auf Klassenfahrt. Die Hand mit den geöffneten Fingern wurde zum allgemeinen „Warnsymbol“ um zu zeigen, dass ich mich selber oder mein Gegenüber sich in einer schwierigen, emotionalen Situation befindet. Die Kinder der Klasse, welche an dem Training teilgenommen hatten, erklärten den anderen, was es mit dem Handmodell auf sich hat erinnerten sich auch gut an die Übungen und übten diese spielerisch mit den anderen Kindern. In einem weiteren Fall kam es von einem Schüler auf dem Pausenhof zu einer Auseinandersetzung mit einem anderen Schüler. Die Pausenaufsicht kam hinzu. Der Junge zeigte der Lehrerin die geöffnete Hand, sagte ihr er könne jetzt gerade nicht und ging weg (Übung: Nach draußen gehen).

In Hinblick auf die Methodik, muss erwähnt werden, dass die ausgewählten Übungen von Copi bewusst breit gefächert sind. So besteht die Hoffnung, dass jedes Kind sich für eine Lieblingsübung entscheiden kann. Traumapädagogisch haben die Übungen unterschiedliche Relevanz. Insbesondere die Übung, in der die Kinder dazu angeleitet werden, sich in den Arm zu zwicken, muss besonders begleitet werden. Während der Einheiten sind im optimalen Fall mehrere Lehrkräfte im Raum, welche die Kinder co-Regulieren können, wenn sie die Übung zu stark ausführen. Die Übung, in der dazu angeleitet wird, von 10 rückwärts zu zählen, muss individuell an den Leistungsstand der Kinder angepasst werden. Ältere Kinder können dazu aufgefordert werden von 100 rückwärts zu zählen. Auch die Übung mit dem Trinken muss bewusst begleitet werden. Die Kinder müssen dazu angehalten werden langsam, bewusst zu trinken und in sich hinein zu spüren. Außerdem müssen die Kinder darüber aufgeklärt werden, dass eine Anstrengungsbereitschaft dazu führt, dass die Übungen auch einen Effekt haben. Beispielsweise wurde die „Stresshocke“ von keinem Kind positiv bewertet, da sie allen zu anstrengend ist.

Durch die Übungen im Klassenverband ist es möglich geworden alle Kinder auf eine besondere Art in ihrem (Schul-)Alltag zu unterstützen.

Die Möglichkeit die Lehrkräfte als Multiplikatoren für traumapädagogische Inhalte zu schulen und sie somit auch in ihrem traumasensiblen Handeln zu unterstützen ist sehr wichtig. Ich bin der Meinung, dass dies in den nächsten Jahren ein unerlässlicher Bestandteil für eine gelungene Schulausbildung von Kindern sein wird.