

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	89 (2018)
Heft:	12: Gesundheitsstrategien : wie Pflegeheime davon betroffen sind
Artikel:	Traumpädagogik macht das Verhalten von Jugendlichen in Not nachvollziehbar : die Frage nach dem Grund ermöglicht eine andere, entspanntere Haltung
Autor:	Weiss, Claudia
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-834458

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Traumapädagogik macht das Verhalten von Jugendlichen in Not nachvollziehbar

Die Frage nach dem Grund ermöglicht eine andere, entspanntere Haltung

Jugendliche aus unsicheren Familien haben oft ungünstige Strategien, um mit Schwierigkeiten umzugehen. Damit Fachleute in Institutionen verstehen, warum das so ist, und damit umgehen können, vermittelt Traumapädagogik das nötige Wissen. Das hilft Fachleuten und Jugendlichen.

Von Claudia Weiss

Klingelt es beim Schlupfhuus Zürich, stehen vor der unscheinbaren Eingangstür meistens Jugendliche, die ganz rasch Schutz und Unterstützung suchen. Schutz vor akuten Streitsituationen in der Familie, Schutz vor körperlicher oder psychischer Gewalt, Unterstützung in eskalierten Familiensituationen. Etwas verbindet sie alle: Sie kommen mit ihrer Situation nicht mehr zurecht. Ihre Seelen sind erschüttert. Hinter ihnen liegen oft traumatische Erlebnisse.

Für Kinder und Jugendliche mit ähnlichen Erfahrungen greifen die üblichen sozialpädagogischen Massnahmen häufig nicht. Oft wirken sie sogar kontraproduktiv. Die Situation bringt nicht nur die Kinder und Jugendlichen, sondern oft auch die pädagogischen Fachpersonen in den stationären Institutionen an ihre Grenzen. In solchen Fällen ist eine Pädagogik gefragt, die das Wissen aus der Psychotraumatologie mit einbezieht, das Wissen darüber, welch gravierende Folgen ein von Gewalt oder Missachtung geprägtes Familienklima auf Kinder und Jugendliche hat: die sogenannte Traumapädagogik. Ihr Ziel ist, Kinder und Jugendliche auf dem Hintergrund ihrer Geschichte zu verstehen, ihnen in einer sicheren Umgebung korrigierende Beziehungserfahrungen zu ermöglichen und ihnen ein Stück Handlungsfähigkeit zurückzugeben. Nur so kön-

Traumapädagogik hilft, Kinder und Jugendliche aufgrund ihrer Geschichte besser verstehen.

nen sie lernen, neue, adäquاتere Strategien zu entwickeln, um mit schwierigen Situationen umzugehen.

Studie zeigt eindrückliche Veränderungen

Wie gut das wirkt, untersuchte Marc Schmid, leitender Psychoologe der Kinder- und Jugendpsychiatrischen Klinik der Universitären Psychiatrischen Kliniken (UPK) Basel, in einem fünf Jahre dauernden Modellversuch des Bundesamts für Justiz: Er verglich fünf Modellinstitutionen, die den traumapädagogischen Ansatz einführten, mit neun sogenannten Spiegelgruppen, also Institutionen, die nicht explizit traumapädagogisch arbeiten. Schmids Fazit im Abschlussbericht: «Die traumapädagogische Haltung und spezifischen Methoden wurden durchgehend als sehr hilfreich erachtet. Es wurden viele sehr eindrückliche Beispiele aufgeführt, wie sich der pädagogische Alltag, die Haltung und die konkrete Beziehungsgestaltung zu Kindern, Kolleginnen, Kollegen und Mitarbeitenden durch die

Traumapädagogik verändert haben.»

Rasch stellte sich die Frage, ob sich dieser Nutzen auch in einer kurzzeitigen Krisenintervention wie beispielsweise im Schlupfhuus Zürich erzielen lasse. Das Schlupfhuus bietet elf Plätze, sehr oft vollauf besetzt – und zwar zu drei Vierteln von weiblichen Jugendlichen, die für eine Nacht bis maximal drei Monate Unterschlupf in einem der hellen Zimmer finden.

Im drei Jahre dauernden Projekt «Traumapädagogische Konzepte in der niederschwelligen Krisenintervention» ging die Forschungsabteilung der UPK Basel mit dem Schlupfhuus Zürich eine Kooperation ein, die das untersuchen sollte.

Die Antwort war schnell klar: Auch im Kurzzeitbereich hilft eine traumapädagogische Haltung, die zu verstehen versucht, warum Jugendliche sich so verhalten, wie sie das eben oft in ihrer Not tun. Der Stresspegel sank sowohl im Team als auch



Küche im Schlupfhuus Zürich: Traumapädagogik heisst, Jugendliche und ihr Verhalten besser zu verstehen. Und hilft erkennen, dass Jugendliche manchmal einfach positive Beziehungsangebote benötigen.

Fotos: Schlupfhuus Zürich

bei den Jugendlichen. Natürlich, sagt Lucas Maissen, Leiter des Schlupfhuus, kann auch die Traumapädagogik keine Wunder bewirken: «Sie kann Jugendliche, die in ihrem Elternhaus gelernt haben, sich zu entziehen oder auf Konfrontation zu gehen, nicht innert weniger Wochen ändern – schliesslich war dieses Verhalten über Jahre notwendig, um die Situationen überhaupt auszuhalten.» Die Traumapädagogik biete auch «keine Betty-Bossy-Rezepte» und beinhalte keine grossartigen Aktionen.

Emotionen hinter dem Verhalten der Jugendlichen erkennen

Aber sie findet in ganz vielen kleinen Dingen im Alltag statt. Und sie ermöglicht eine grundsätzlich andere Haltung. Etwa durch die Anwendung der Frage nach den guten Gründen, weshalb sich Jugendliche so verhalten, und weshalb dieses Verhalten in ihrer Geschichte sinnvoll und hilfreich war. Diese wird in der Fachsprache «Weil»-Frage genannt, und sie gibt Antworten: Weil das in ihrer Situation für Jugendliche die einzige Möglichkeit war. Weil ihnen ihr Verhalten half, mit einer belastenden Situation umzugehen. Diese Antworten weisen auf die Emotionen hin, die hinter einem Verhalten liegen, und eröffnen eine neue Perspektive auf herausfordern-de Verhaltensweisen.

Die Traumapädagogik stellt den Fachleuten damit wichtiges Wissen zur Verfügung, welche Verhaltensweisen als normale Reaktionen auf belastende Erlebnisse, sogenannte Traumafolgen, zu verstehen sind. Allein dieses Wissen gebe allen mehr Sicherheit, sagt Lucas Maissen, und sorge sehr oft bereits für eine Beruhigung von schwierigen Situationen: «Es hilft sehr, wenn wir uns bewusst sind, dass sich diese Jugendlichen in ihrem unsicheren Umfeld Strategien zurechtlegen mussten, die nicht als Verweigerung oder Provokation zu verstehen sind, sondern zum psychischen Überleben notwendig waren.»

Diese Strategien seien an sich sogar raffiniert und hätten den Kindern und Jugendlichen bisher geholfen, mit ihrer schwierigen Situation irgendwie zurechtzukommen. Nur: Im geschützten Alltag einer Schule oder in einer Institution sind sie nutzlos und führen sogar oft zu neuen Schwierigkeiten. Manche Jugendliche, die ins Schlupfhuus kommen, haben schon bis zu acht verschiedene Institutionen von innen gesehen und bei jedem Wechsel wieder neue belastende Beziehungsabbrüche erlebt.

Dass es so weit kommt, müsste nicht sein, wenn die Fachpersonen besser wüssten, weshalb ein Kind oder ein Jugendlicher sich so verhält. Hat beispielsweise ein Kind gelernt, sich bei handgreiflichen Streitigkeiten in der Familie möglichst rasch unsichtbar zu machen, ist das eine durchaus hilfreiche Strategie. Tut es das später in der Schule oder einer Institution und läuft bei jeder Auseinandersetzung aus dem Unterricht davon oder setzt sich aus dem Heim ab, ist diese Strategie nicht mehr

hilfreich. Im Gegenteil: Dieses Verhalten zieht immer strengere Sanktionen nach sich, was das Kind oder den Jugendlichen noch mehr verunsichert, eine negative Spirale auslöst und vielleicht sogar einen Schulwechsel zur Folge hat – ein erneutes stressreiches Erlebnis, das wiederum das Gefühl der Jugendlichen verstärkt, versagt zu haben.

Allein das Wissen über die normalen Reaktionen auf Traumata gibt allen mehr Sicherheit.

Individuelle Regeln funktionieren erstaunlich gut

Hier bietet die Traumapädagogik Ansätze. «Verstehen ohne einverstanden zu sein», lautet ein wichtiger Grundsatz. Regeln müssen auch im Schlupfhuus sein. Aber sie werden individuell an die aktuellen Möglichkeiten der Jugendlichen angepasst. Das ist anspruchsvoll für das Team und die Jugendlichen. Aber Marc Schmid von der UPK Basel schreibt in einem Beitrag: «In der Regel verstehen die Jugendlichen gut, dass sie verschieden

>>



Ein wichtiges Element der Traumapädagogik: Verstehen, warum Jugendliche so handeln, wie sie das eben aus ihrer Not heraus tun. Das einzunehmen und zu sehen, dass Jugendliche sie mit ihrem Verhalten nicht provozieren wollen.

sind und verschiedene pädagogische Zugänge benötigen.» Wichtig sei einzig, dass das individualisierte Vorgehen allen ausführlich und transparent erklärt werde.

Allein solche Anpassungen können den Jugendlichen das Gefühl geben, sie seien nicht mehr nur ausgeliefert, wie sie das früher immer wieder erlebt hatten. Stattdessen fühlen sie sich

als vollwertige Menschen wahrgenommen. Das ist wichtig, denn wie Psychologe Marc Schmid es im Abschlussbericht beschreibt, hätten diese Jugendlichen in ihrem Herkunftssystem «maximale Unberechenbarkeit, Einsamkeit und Ausgeliefertsein» erlebt. Im neuen traumapädagogischen Milieu sollen sie deshalb «maximale Transparenz und Berechenbarkeit erfahren», sollen sie in allen Interaktionen Wertschätzung und Ermutigung spüren.

So wie jener Jugendliche, der mehrmals das Schlupfhuus verliess und drei, vier Tage lang nicht zurückkehrte, sobald etwas nicht ganz rund lief. Maissen und seine Kolleginnen und Kollegen nennen das absichtlich nicht «auf die Kurve gehen», sie sagen dann eher: «Die Situation überforderte ihn.» Ihnen ist bewusst, dass die engen Räumlichkeiten für alle eine Herausforderung sind. Die erste Reaktion, wenn der Jugendliche wieder auftaucht, ist daher, diesen offen in Empfang zu nehmen und ihn emotional abzuholen. «Danach können erst seine guten Gründe erfragt werden.»

Manchmal macht Davonlaufen Sinn

«Oft ist es erstaunlich, was herauskommt, wenn man nach dem guten Grund fragt», sagt Lucas Maissen. Bei diesem Jugendlichen erkannten sie rasch: Dass er in angespannten Situationen davonläuft, ist das Beste, was er gemäss seinen bisherigen Erfahrungen tun kann. «Er spürte selber, dass sein Aggressionspegel stieg und er demnächst explodieren würde; und er sagte

sich, es sei schlauer, davonzulaufen als zuzuschlagen und ausfällig zu werden», erklärt Maissen. Diesen Jugendlichen für seine Reaktion zu bestrafen, mache deshalb keinen Sinn.

Durch das Nachfragen nach dem guten Grund hingegen fühlen sich die Jugendlichen ernst genommen und verstanden. Sie sind dadurch eher bereit, sich auf den Prozess einzulassen und Verantwortung für ihr Handeln zu übernehmen und nach alternativen Verhaltensweisen zu suchen. Maissen, der ausgebildete klinische Heilpädagoge und Psychologe, ist begeistert von diesem Ansatz. «Es ist sinnvoll, das traumapsychologische

Neuer Fachverband Traumapädagogik

Traumapädagogik soll helfen, dass Kinder und Jugendliche sowie Mitarbeitende und Leitungskräfte gut versorgt werden, damit sie die Institution als entwicklungsfördernden und sicheren Ort erleben. Um in der Schweiz traumapädagogische Haltungen, aktuelles psychotraumatologisches Wissen und Erkenntnisse der Resilienzforschung in der Sozialen Arbeit und Pädagogik zu verbreiten, wurde diesen Sommer der Schweizer Fachverband Traumapädagogik (chTP) gegründet, Präsident ist Lucas Maissen vom Schlupfhuus Zürich. Der Fachverband ermöglicht Institutionen und Fachkräften, sich zu vernetzen, fördert den Austausch von Erfahrung und setzt sich für eine bessere Versorgung von Menschen aus herausfordernden Lebensumständen ein. Institutionen und Einzelmitglieder, die sich dem Verband anschliessen möchten, müssen sich den traumapädagogischen Standards verpflichten.

Informationen: www.chtp.ch, info@chtp.ch



Fachwissen hilft den Fachleuten, eine andere Perspektive

Wissen in den Institutionsalltag einzubauen. Neben einer therapeutischen Begleitung bietet gerade der sozialpädagogische Alltag unzählige Möglichkeiten, neue Erfahrungen zu machen und die Selbstbemächtigung der Kinder und Jugendlichen zu erhöhen..»

Marc Schmid von der UPK Basel ist überzeugt: Weil in der Traumapädagogik psychotraumatologisches Wissen in die Sozialpädagogik eingebaut werde, könne den traumatisierenden Erfahrungen eine neue, sichere Erlebenswelt gegenübergestellt und damit neue, positive Beziehungserfahrungen ermöglicht werden. «Dies kann helfen, Traumafolgestörungen zu minimieren.» Er schreibt, dass genau genommen immer mehr traumatisierte Kinder und Jugendliche auf sichere und fachlich gut gerüstete Institutionen angewiesen wären.

Auch Mitarbeitende müssen betreut werden

Um einen solchen sicheren Ort bieten zu können, müssen sich aber auch die Mitarbeitenden sicher fühlen. Sie benötigen dazu neben dem Wissen über die Wirkung von Traumata auch die Möglichkeiten, ihre eigenen Emotionen, die in der Beziehung zu den Kindern und Jugendlichen entstehen, reflektieren zu können – und falls nötig selber emotional versorgt zu werden. «Die Jugendlichen gestalten ihre Beziehungen auf Grund ihrer früheren traumatisierenden Beziehungserfahrungen», erklärt Schlupfhuus-Leiter Maissen. «Dies kann viel Dynamik in einer Gruppe und auch in einem Team auslösen.» Diese Dynamiken zu erkennen, richtig einzuordnen und so zu versorgen, dass man daraus auch wieder aussteigen könne, erfordere viel Begleitung durch Leitungspersonen oder Externe. Diesen Sommer wurde daher der Fachverband Traumapädagogik gegründet, der interessierte Institutionen bei Vernetzung, Austausch und Wissenstransfer unterstützt (siehe Kasten). Die Traumapädagogik erfinde das Rad nicht neu, und sie sei auch weniger eine Technik sagt Lucas Maissen: «Vielmehr ist sie die Haltung, die kleine Veränderungen auslöst, die viel zur Ent-

spannung im Institutionsalltag beitragen.» Das fängt an mit der freundlichen Begrüssung beim Eintritt, mit einem Empfangsbrief samt Schoggistängeli auf dem Bett. Das Team spricht auch gar nicht mehr von Ein- und Austritt, sondern nennt das «Ankommen» und «Weitergehen».

Das helfe manchmal beim Einordnen, ob jemand schon richtig da sei oder erst in der Phase des Ankommens und noch etwas Ruhe und Zeit benötige. Denn gerade in der Anfangszeit wirke es manchmal Wunder, einer Jugendlichen sogar einmal einen Cappuccino ans Bett zu bringen, wenn sie es damit schafft, aufzustehen und ihre Tagesstruktur wahrzunehmen. «Manchmal brauchen Jugendliche solche starken Beziehungsaussagen, um überhaupt wieder Vertrauen in andere Menschen entwickeln zu können», sagt Lucas Maissen. «Letzteres ist die Basis, um im pädagogischen Alltag Entwicklungen anzustossen.»

Freundliche Botschaften lösen oft viel aus

Das Team versucht deshalb auch, den Jugendlichen immer wieder kleine positive Botschaften zu übermitteln, ein kurzes WhatsApp oder einen kleinen Gruß in einem Zettelhalter. «Unbedingte Wertschätzung zu spüren, kann extrem viel auslösen», sagt Maissen. Ein freundliches «Ich mache mir Sorgen, wo bist du?» komme so viel besser an als der als Frage getarnte Tadel: «Wo bleibst du denn wieder!» Es helfe die Scham zu lindern, die Jugendliche immer wieder empfinden, wenn sie das Gefühl haben, schon wieder versagt zu haben. «Die genannten Haltungen sind nicht nur in der Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen zentral, sondern genauso in der Arbeit mit den Familiensystemen.»

Traumapädagogische Haltung findet auf mehreren Ebenen statt. Im Nebengebäude beispielsweise wurde ein Raum zum Resilienzraum ausgestaltet, in den sich Jugendliche bei Bedarf zurückziehen können, um ihren Stress, ihre Anspannung über verschiedene Sinneserfahrungen zu reduzieren und neue Emotionsregulationsstrategien kennenzulernen.

Auch Gespräche müssen nicht im Büro stattfinden: «Sie sind für viele Jugendliche Hochstresssituationen. Bei einem Spaziergang oder beim Billardspiel hingegen entwickelt sich meist ganz ungezwungen ein Gespräch.» In solchen Momenten können die Mitarbeiten-

den des Schlupfhuus den Jugendlichen auch aufzeigen, dass es aufgrund ihrer Erfahrungen verständlich ist, dass sie sich so verhalten. «Und das wiederum ermöglicht den Jugendlichen, sich selber besser zu verstehen, zu reflektieren und gemeinsam mit uns neue Wege zu suchen.»

Nicht zuletzt spielt das Erleben von Freude eine zentrale Rolle in der Traumapädagogik. «Das pflegen wir im Schlupfhuus sowohl bei den Jugendlichen wie auch bei den Mitarbeitenden ganz bewusst.»

Und immer, wenn wieder Jugendliche an der unauffälligen Tür des Wohnhauses Schlupfhuus in Zürich klingeln, sollen sie vor allem einen sicheren Ort finden, in dem sie und ihre Bedürfnisse ernst genommen werden. In dem auch nach den guten Gründen für ihr Verhalten gefragt wird. In dem sie das Gefühl bekommen, erstmals auch selbstwirksam zu sein, selber etwas in ihrem Leben beeinflussen zu können. ●