

Überlegungen zum Umgang mit Regeln und Regelverletzungen

Thesen zu Selbstwirksamkeit vs. Selbstunwirksamkeit von Regeln¹

- Viele traumatisierte Kinder brauchen aufgrund ihrer Erfahrungen das Erleben, dass Macht, Stärke, Autorität auch etwas Positives sein und zum Besten aller eingesetzt werden kann; Kinder und Jugendliche mit Bindungs- und Beziehungstraumata und Fluchterfahrung müssen dies oft erst kennenlernen, erfahren, immer wieder erleben und darauf vertrauen lernen
- Starre Gruppenregeln überfordern besonders belastete Kinder häufig. Strafbare Reaktionen in Momenten von akuten Stressreaktionen verschärfen meist die Symptomatik.
- Je rigider die Anwendung von Regeln desto unsicherer sind in der Regel die Erwachsenen
- Mit traumatisierten Kindern eskalieren viele Situationen, bei denen die Einhaltung von Regeln eingefordert wird. Das Einfordern einer Regel macht nur in Situationen Sinn, in denen Kinder und Jugendliche diese auch aufnehmen, annehmen und verstehen kann. Echtes Verstehen ist unter Angst und Anspannung nicht möglich. Kinder, Jugendliche sind dann nicht in der Lage etwas aufzunehmen.

Vom Sinn von Regeln

- Transparente Gruppenregeln durch Orientierung an zwei Grundregeln:
 1. Es gelten die Grundrechte, Kinderrechte und Gesetze
 2. Jeder hat ein Recht auf eine Erklärung
- Neben «goldenen Regeln» der Schule, z.B. «Ich trage Sorge zu mir! Ich trage Sorge zu anderen! Ich trage Sorge den Sachen!²» Werte und Regeln mit der Gruppe/Klasse erarbeiten und vereinbaren
- Wichtiger ist die positive Verstärkung und wenige und klare Regeln
- Entsprechend Entwicklungsstand, Belastungen und Bedarf der K/J werden Regeln individuell ausgehandelt und begründet (vor allem im Rahmen familienergänzender Betreuung)
- Dafür sorgen, dass K/J wissen, um was es geht, welche Werte und zentralen Beziehungsaspekte damit verbunden sind bzw. wie das Nicht-Einhalten nicht nur das Kind selber, sondern auch Beziehungen beeinflusst
- Regeln sollen und dürfen hinterfragt werden, nur so können Werte und Haltungen von den Mitarbeitenden und den K/J verinnerlicht werden
- Positive Kernsätze («Ich verhalte mich so, dass ich und andere gut lernen können.»), Werte, Kinderrechte (mit Bildern) visualisieren (statt „Verbotstafeln“) im Sinne: «Das ist uns wichtig! Dafür machen wir uns stark!»: Beziehung, Freude, Vertrauen, Safe Place, Respekt, Fairness, Zuversicht, Zukunft, Wertschätzung, Mut, Interesse, Lernen, Wachsen etc.

¹ Vgl. Schmid 2015

² Mehrklassenschule Heimat-Buchwald St.Gallen

Hinweise für den Umgang mit Regelverletzungen

- Sachliche, klare, freundliche Kontrolle und Hilfe beim Einhalten von Regeln, dabei auf eine wertschätzende Haltung und Argumente achten, warum MIR eine bestimmte Regel wichtig ist (Selbstoffenbarungsohr, Beziehungsohr, Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit)
📖 Skript «Achtsame Kommunikation in der Unterstützung belasteter Kinder und Jugendlicher»
- Ruhe bewahren: Vermeidung von Machtkämpfen zu Gunsten einer Haltung der Deeskalation: Eigene Strategien der Stress-/Affektregulation kennen, üben und umsetzen
- Drohungen, ein ärgerliches Gesicht, verletzendes, beschämendes, lautes „Schimpfen“ kann akute Stresssymptome (Trigger, Flashbacks) auslösen und/oder verstärken und so zu (vermeidbaren) Eskalationen führen, deshalb auf eigene Körperhaltung, Gestik, Mimik, Stimme, Lautstärke, Kongruenz achten, bedingt Reflexion und Übung
- Bei Regelverletzung steht nicht Strafe und Sanktion im Vordergrund, sondern Deeskalation: Die Versorgung von Empfindungen und Symptomen steht immer an erster Stelle!
 - Meine Fertigkeiten im Umgang mit Stress anwenden
 - Kind dort abholen, wo es ist, z.B. durch Benennen möglicher Gefühle und Bedürfnisse: Was könnte K/J jetzt brauchen. Was tut jetzt gut?
 - Beruhigung, Versorgung der Körperempfindungen, Bedürfnisse nach Sicherheit, Kontrolle, Beziehung? Das wichtigste Gefühl, das Betroffene brauchen, ist subjektiv erlebbare Sicherheit und emotionale Versorgung
 - Ziel ist im immer, zurück ins Hier und Jetzt zurück zu kommen: Gegenwartsbezug kann vielfältig und vor allem auch über Sinnesreize hergestellt werden: Sinne aktivieren Sehen, Hören, Riechen, Fühlen/Berühren, Schmecken
- Statt von Weitem kritisieren oder sich vor Kinder/Jugendliche „aufbauen“ z.B. zur Seite sitzen (frontal, Augenkontakt bzw. gegenüber kann bedrohlich erlebt werden): Dabei achtsames Wahrnehmen von körperlichem Abstand, Nähe-Distanz
→ Bedingt feinfühliges Wahrnehmen, welcher Körperkontakt in Krisenmomenten hilfreich ist, was stressverstärkend ist.
→ In stabilen/ruhigen Momenten besprechen, was sie mögen, was gar nicht, was wir tun, wenn wir sie vor sich selber oder andere schützen müssten, was wir sicher nie machen würden (z. B. hart bestrafen, schlagen etc.).
- Rückzug/Timeout: Kinder/Jugendliche in der Regel nicht alleine lassen, nicht bedrängen. Wenn zur Deeskalation ein kurzes Time-out erforderlich ist, mitteilen, dass sie sich zurückziehen, um selber zur Ruhe zu kommen,..
- Stigmatisierung der Person, Beschämung und das Blossstellen (für das Kind selber oder vor anderen) möglichst vermeiden:
Kritik am Verhalten «Es gibt etwas zu lernen» mit Wertschätzung für die Person verbinden «Ich achte dich als Person»
Botschaften, die dem Kind vermitteln, angenommen zu sein, auch wenn er/sie „komische“ Verhaltensweisen zeigt
Keine für andere sichtbare Bilanz von negativem/positivem Verhalten: Bewirkt Beschämung,
Konkurrenz, Vergleiche mit anderen, statt Blick auf die eigenen Fortschritte etc.)

- Moralisieren, Strafen belasten die (pädagogische) Beziehung und provozieren Ausweichverhalten, dem in der Regel eine Aufarbeitung des Geschehenen entgegensteht.
Die Abwesenheit von Strafe bedeutet keinesfalls, dass man das Verhalten akzeptiert ,d.h. Konfrontation *und* Verstehen, ohne einverstanden zu sein³
Konfrontation ohne Verstehen: Verhindert Beziehung und Vertrauen, Öffnung, Kooperation und rechtfertigt Widerstand, konstruktive Auseinandersetzung, verstärkt Bagatellisierungstendenzen
Verständnis ohne Konfrontation: Verhindert Aufarbeitung und Auseinandersetzung, Erkennen der Unrechtmässigkeit, Lernen, Verantwortungsübernahme, Rückfallprävention
- Timeout-Phase als Möglichkeit der Selbstregulation und Selbstfürsorge (nicht der Bestrafung), klar kommunizieren oder sicherstellen, dass es nicht um Beziehungsabbruch geht: Individuelle Möglichkeiten und hilfreiche Optionen sind mit den Kindern/Jugendlichen besprochen, gesucht, geübt, überprüft
- Bearbeitung der konkreten Konfliktsituation erst dann, wenn emotionale Versorgung aller Beteiligten stattgefunden hat, d.h. Klärung und Gespräch mit beteiligten Kindern/Jugendlichen über das Vorgefallene auf einen späteren (zeitnahen) Zeitpunkt verschieben:
Überlegen, wann (zeitnah) ein geeigneter Moment ist, welches das geeignete Setting ist, um eine Regelverletzung zu besprechen bzw. wer dies macht und wer allenfalls dabei sein sollte
- Gemeinsam Möglichkeiten der Wiedergutmachung besprechen.
In welcher Form diese erfolgen kann, muss je nach Vorfall, Grenzverletzungen mit den Betroffenen vor- oder abgesprochen werden.
- Nach Kritik ist es wichtig, wieder in einen positiven emotionalen Kontakt zu kommen: Etwas zusammen machen, wovon ich weiss, dass es die Kinder/Jugendlichen mögen, warme Schokolade anbieten etc.
- Wichtig ist, Zuversicht zu vermitteln, dass Veränderungen möglich sind und ich den Kindern/Jugendlichen zutraue zu lernen, es anders zu machen
Dabei Selbstverstehen und Fähigkeit der Selbstregulation fördern: Kindern und Jugendlichen erklären was bei grossem Stress passiert; Automatismus muss immer wieder wiederholt werden: Reduziert Schuld- und Schamgefühle, welche wiederum eine Auseinandersetzung verhindern z.B. beim Ansprechen auf ein problematisches Verhalten, sagen: „Ich weiss, du willst das eigentlich nicht, aber du konntest nicht anders“.⁴

Nachbearbeitung/Nachsorge bzw. Vorbeugung nach kritischen Ereignissen, Krisen und/oder Eskalationen⁵

- Die meisten Eskalationen kündigen sich im Vorfeld an: Detektiv sein für Auslöser/Trigger, Achtsamkeit von Seiten der Betreuenden/Lehrperson
- Reflektierendes und gemeinsames Verstehen von aggressiv-ausagierendem oder depressiv-zurückgezogenen Überlebensstrategien bedingt Gefässe für regelmässige Intervention und Supervision sowie Offenheit, Flexibilität für eine Kombination unterschiedlicher Ansätze und Methoden

³ Baierl 2011

⁴ Hensel 2012

⁵ vgl. Schmid, Steinlin, Fegert 2015, Lang et al. 2008, Ding 2009, Baierl 2011, Weiss 2013, Hengstler 2015

📖 Reflexion des Vorgefallenen anhand Instrumenten/Methoden der traumasensiblen (Fall-) Reflexion

→ fördert gegenseitiges Vertrauen, trägt zur Früherkennung von Überforderung, mehr innerer Sicherheit und zum gegenseitigen Lernen bei

→ Lernen durch das, was hilfreich war, was nicht: Mehr Sicherheit für zukünftig ähnliche Situationen

- Spaltungen im Team sind häufige Begleiterscheinungen und Diskussionen führen zu Ultimativen, was zur Untergrabung des sicheren Ortes für alle führt, da die Wahrnehmung auf Rückfälle und „selbsterfüllenden“ Prophezeiung gelenkt wird.
- Deshalb ist wichtig: Partizipation des Teams und vor allem der betroffenen Mitarbeiter/innen an den Entscheidungen, aktives Mittragen ist Voraussetzung, Zweifel Einzelner wertschätzen, analysieren und dahinterliegende Bedürfnisse verstehen und versorgen
- Prüfen, wer welche Unterstützung benötigt:
Die Aufmerksamkeit sollte möglichst auf die emotionale Versorgung und Wiederherstellung von Sicherheit bei allen Beteiligten (Leitung, Betreuende, Kinder/Jugendliche, bei Bedarf Eltern, Fachpersonen) gerichtet werden > wird dies nicht validiert und ein gemeinsames Narrativ entwickelt, läuft jeder Lösungsversuch auf einer Handlungsebene ins Leere
→ Bedingt Zeit für Reflexion, echtes Interesse und Ressourcen
- Idealerweise Rollenteilung: Person für Fallmanagement; Person, die sich um betroffene Kinder/Jugendliche; Leitung, die sich um beteiligte Mitarbeiter/in kümmert
- Schutz und Versorgung der Mitarbeitenden als Leitungsaufgabe:
 - Krisenplan mit Hinweisen auf Optionen der Deeskalation, gegenseitige Unterstützung und Klärung der Zuständigkeiten
 - Für Mitarbeitende gute Balance finden zwischen Entlastung und Chance einer echten Bewältigung und Lernprozessen, d.h. auch emotionale Nachsorge!
- Je nach Vorfall interne Vernetzung, Supervision; bei Gewaltvorkommnissen, Sexualdelikten etc.: Vernetzung mit externen spezialisierten Fachstellen