

# KEIN HELD, KEIN RETTER, KEIN VERFOLGER - MÖGLICHKEITEN UND GRENZEN VON VERTRAUENSPERSONEN

## Intervention und Prävention bei Krisen im Kindes- und Jugendalter

Oft sind es »Vertrauenspersonen«, Lehrkräfte, mit »Blick« für Krisensituationen, die zur Hilfe gerufen werden. Wie kann man als Vertrauensperson in so einer Situation angemessen reagieren? Wie kann man den Eindruck verhindern, man sei Held, Retter für alle Krisen? Wie handelt man mit Augenmaß? Krisenintervention kann und muss (!) man systematisch lernen, dann kann Schule auch Krisen erkennen und bewältigen.

---

MARTIN BERWANGER

---

*Es ist Freitag 15.30 Uhr, noch eine Viertelstunde Unterricht und dann raus aus der Schule. Die Woche war sehr anstrengend, und die nächste Woche wird auch nicht viel besser. Das Wetter ist schön, also werde ich mich an dem Wochenende erholen: viel schlafen, gut essen, Radfahren und im See schwimmen ... also meiner Seele etwas Gutes tun.*

*15.45 Uhr, es gongt, die Schüler verlassen das Klassenzimmer, ich trage ins Klassenbuch ein und gehe auf den Gang. Dort steht Paula (Name geändert) und bittet mich um ein Gespräch. Ich will sie auf Montag vertrösten, das Wetter ist schön, der See und meine Familie warten doch auf mich ... Doch Paula will jetzt mit mir sprechen - ich gehe mit ihr in mein Büro - und frage, was ich für sie tun könne.*

*In den nächsten 30 Minuten bekomme ich in »Kurzfassung« eine sehr traurige Lebensgeschichte, geradezu ein »Drama«, erzählt. Paula kann mir das gesamte Gespräch über nicht einmal in die Augen schauen. Sie ist 19 Jahre und erzählt, dass sie massive Essstörungen hat, sich zeitweise ritzen muss, und dass ihr immer wieder die Gedanken kommen, ihrem Leben ein Ende zu setzen. Wie oft sei sie am Bahnhof oder an den Gleisen gesessen, nur der letzte Schritt in den Tod habe noch gefehlt. Menschen, die ihr helfen, habe sie keine. Die Mutter sei schwer krank und der Stiefvater habe ihr Gewalt angetan, - so sehr, dass sie sich zu Hause nicht sicher fühle. Zeitweise übernachtete sie bei einer älteren Frau, im Sommer im Park oder im Bahnhof auf einer Bank oder sie laufe einfach so durch die Stadt ohne Ziel.*

Paula gehört zu jenen Jugendlichen, die die ihnen angetane Gewalt

nicht (nach außen) gegen andere richten, sondern gegen sich selbst. Sie leiden z. B. unter Essstörungen, verletzen sich selbst oder haben Suizidgedanken. Sie sind geplagt von Ängsten, massiven Hemmungen, depressiven Verstimmungen und psychosomatischen Beschwerden. Diese Jugendlichen beeinträchtigen und gefährden also weniger das Leben ihrer Mitmenschen, sondern vorrangig ihre eigene Existenz.

*Am Ende des Gesprächs ermuntere ich Paula, möglichst umgehend ärztliche beziehungsweise therapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Ich will ihr helfen auf der Suche nach einem geeigneten Psychologen beziehungsweise Psychiater. Sie lehnt ab und meint, sie komme gut allein damit klar.*

*Bei der Verabschiedung sagt sie: »Wenn der Druck zu groß ist, schneide ich mich wieder, oder wenn der Druck gar nicht mehr nachlässt, dann mache ich einfach Schluss ... « Sie öffnet die Tür und verlässt den Raum. »Tschüs Paula -!« - Schweigen.*

*Draußen scheint die Sonne, es ist 17.15 Uhr. Ich setze mich ins Auto mit Paula und ihrer Lebensgeschichte im Kopf und fahre nach Hause. An diesem Wochenende kann ich Paula nicht mehr vergessen. Sitzt sie jetzt an den Gleisen? Steht sie auf einer Brücke und will springen? Und, und ...*

Dies ist ein Fall von vielen, bei denen wir als Lehrer gefragt sind. Und der Schüler fragt nicht: Sind sie darauf vorbereitet oder nicht? Sind sie dem Thema gewachsen, sind Sie pädagogisch oder psychologisch geschult? Der Schüler braucht beziehungsweise will meine Hilfe. Kann ich sie ihm geben? Habe ich das nötige Handwerkszeug dazu?

Die Liste von Krisen, mit denen Schüler uns Lehrer konfrontieren, ist sehr lang. Diese Krisen beeinträchti-

gen uns als Lehrer, fordern uns zugleich auf, mit großer Achtsamkeit die Schüler zu beraten und zu betreuen. Aber oft stehen wir als Lehrkräfte ohnmächtig vor Schülerkrisen und wissen nicht mehr weiter.

Auch ich habe solche Krisen immer wieder erlebt und mich hilflos gefühlt. Aber dann kam mir die Idee, einen Kurs in Krisenpädagogik für Lehrkräfte zu entwickeln; es sollte ein dreijähriges, berufsbegleitendes Fortbildungsmodell für Krisenintervention im Schulbereich werden, das Wege und Möglichkeiten der Begleitung und Stabilisierung von Kindern und Jugendlichen in unterschiedlichen Notfallsituationen aufzeigt, ohne unsere eigenen Grenzen und Ohnmachtsgefühle zu missachten.

### Lernen, wie man Jugendliche begleitet und stabilisiert

Im Jahr 2007 entstand in Zusammenarbeit mit meinem Kollegen Werner Kessler die Konzeption zu einer Fortbildung in Krisenpädagogik für Lehrkräfte. In dieser Ausbildung ging es um Wege und Möglichkeiten der Begleitung und Stabilisierung von Kindern und Jugendlichen in unterschiedlichsten Krisensituationen: psychische Störungen, Drogenmissbrauch, Gewalt und Mobbing, sexuelle Gewalt, Überschuldung, Prüfungsangst, traumatische Erlebnisse, Umgang mit schwerer Krankheit und Tod.

Wir machten uns auf die Suche nach Kooperationspartnern in der Region, die Fortbildungsmodule übernehmen und auch nachfolgend vor Ort ansprechbar bleiben sollten. Zahlreiche Beratungsstellen und Institutionen waren zur Zusammenarbeit bereit. Deshalb müssen die in Krisenpädagogik ausgebildeten Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter im Landkreis

---

## Die in Krisenpädagogik ausgebildeten Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter müssen keine »einsamen Helden« mehr sein.

---

Traunstein und Rosenheim keine »einsamen Helden« und »Verfolger« mehr sein, sondern können sich unkompliziert Rat bei zuständigen Stellen suchen und auch betroffenen Schüler an kompetente Berater und Therapeuten vermitteln. Weil Krisenpädagogen und Mitarbeiter von Beratungsstellen und anderen Institutionen sich während der Ausbildung persönlich kennengelernt haben, ist oft auf kurzem Wege ein Austausch und eine Intervention möglich, die für die betroffenen Lehrkräfte eine Erleichterung beim Tragen ihrer Verantwortung und der damit verbundenen psychischen Belastung sein kann. Denn es ist auch ein Zeichen von Professionalität, wenn man die eigenen Grenzen erkennen kann, sich Unterstützung und nicht zuletzt Entlastung in kollegialer Beratung und Supervision sucht, wo konkrete Fälle eingebracht und besprochen werden können. Aus der Arbeit entstand der Wunsch, auch vorbeugend etwas tun zu wollen und nicht immer erst, »wenn es brennt«.

### **Ressourcenorientierung: Nicht immer erst etwas tun, wenn es schon brennt**

Der ursprüngliche Ansatz wurde deshalb 2011 in einem dritten Kurs um die Perspektive der Ressourcenorientierung erweitert. Neben der Krisenintervention geht es nun auch darum, präventiv die Resilienz, d. h. die Fähigkeit der Schülerinnen und Schüler, mit Veränderungen und Herausforderungen des Lebens zurecht zu kommen und sich nach schwierigen Zeiten wieder erholen zu können, zu fördern. Die damit verbundene Einstellung, dass Pädagogik Hindernisse nicht beseitigen, sondern nur überwindbar machen soll, entlastet Schüler, Eltern und Pädagogen.

Ziel dieser ressourcenorientierten Arbeit ist es, Freude am Leben und der eigenen Leistung zu empfinden, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln sowie verschiedene Wege des Hilfesuchens kennenzulernen.

---

## **Krisen- und Resilienzpädagogik möchte an dieser Stelle Mut machen, Sicherheit aufbauen, erste Schritte aufzeigen.**

---

## **Konkrete Ziele der Fortbildung in »Krisen- und Resilienzpädagogik«**

- Erweiterung der pädagogischen Fähigkeiten im Umgang mit Schülerinnen und Schülern in Krisensituationen an der eigenen Schule beziehungsweise in der Kinder- und Jugendarbeit
- Wege der Begleitung, Beratung und Stabilisierung von Kindern und Jugendlichen in unterschiedlichen Krisensituationen (Krisenmanagement an der eigenen Schule)
- (theoretische) Auseinandersetzung mit Krisen in der Kindheit und im Jugendalter
- Kennenlernen von Interventionsmöglichkeiten durch Praxisbeispiele von professionellen Krisen Helfern
- Einführung in das nicht professionelle beratende Gespräch
- Entwicklung einer empathischen, achtsamen und wertschätzenden Grundhaltung
- Örtliche Vernetzung der Schule mit einzelnen Beratungsstellen und Institutionen
- Entwicklung einer »ressourcenorientierten Pädagogik« zur Förderung der Resilienz
- Förderung von Lebenskompetenzen der Schüler (Selbstwert, Resilienz u. Ä.)
- Das Ideal einer Schule als sicherer und gewaltfreier Ort

Für das Erreichen des Zertifikats eines »Krisen- und Resilienzpädagogen« durch die Erzdiözese München und Freising wird die Teilnahme an allen Ausbildungsschritten verlangt. Für die verschiedenen Bereiche stehen Referenten als Experten mit Praxiserfahrung aus dem jeweiligen Berufsfeld zur Verfügung, meist der örtlichen Nähe, so wird eine Vernetzung der Schulen mit den einzelnen Beratungsstellen und Institutionen erleichtert. Träger der Fortbildung sind das Schulpastorale Zentrum Traunstein sowie das Schüler und Studentenzentrum Rosenheim in Kooperation mit dem Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e. V./ Caritas Zentrum Traunstein.

Die Ausbildung erfolgt in einer Reihe von Fortbildungsmodulen sowie durch Gruppensupervision und in Form von spezifischen Zusatzangeboten. (vgl. Tabelle 1 am Ende)

### **Einer Krise mit Sachverstand begegnen**

Wie bewährt sich eine solche Ausbil-

dung im praktischen Schulalltag? Welche Wirkungen zeigt und welche Möglichkeiten bietet sie (nicht)?

Der folgende Fall ereignete sich in einem kleinen Dorf in Oberbayern.

*Die neunjährige Hanna (Name geändert) kommt am Dienstagmittag nach der Schule nach Hause und findet ihren Vater, der seit einem schweren Verkehrsunfall vor elf Monaten im Rollstuhl sitzt, erschossen im Wohnzimmer vor. Die Leiche ist entsetzlich entstellt, der Raum an vielen Stellen blutverschmiert es fehlen große Teile der Schädeldecke.*

*Hannas Mutter ist noch bei der Arbeit. Sie kommt erst gegen halb acht Uhr aus dem nahe gelegenen Supermarkt, wo sie an der Kasse sitzt. Am kommenden Mittwochmorgen ruft eine besorgte Nachbarin, die von dem Suizid erfahren hatte und selbst eine Tochter in der zweiten Klasse hat, die Grundschule an und informiert die über den Vorfall. Hanna wird am Donnerstag wieder zum Unterricht kommen.*

Die Reaktionen, die ein solches Geschehen an einer Schule hervorrufen kann, liegen zwischen einer lähmenden Ohnmacht auf der einen und einem konzeptlosen Aktionismus auf der anderen Seite. Doch wie kann man der Situation mit Sachverstand und einer nicht nur gut gemeinten, sondern spürbaren Hilfe begegnen? Lehrer sind keine Therapeuten, doch sind sie es, die an diesem Mittwoch in der Klasse stehen, mit den Klassenkameradinnen und -kameraden Hannas zusammen sind, mit ihnen schweigen, mit ihnen sprechen, sie begleiten. Unsicherheit steht im Raum, eigene Betroffenheit, doch auch der Wille, den Kindern Beistand zu sein. Und dann auch noch die Information, dass Hanna am folgenden Tag wieder in den Unterricht kommen wird. Für viele Lehrkräfte ein beklemmendes Gefühl, vor dem Mädchen zu stehen, im festen Glauben, etwas Hilfreiches sagen oder tun zu müssen. Und so sehen sich viele in der Gefahr, unter Umständen auch etwas »Falsches«, ja Schädliches zu bewirken. So kann aus dem anfänglichen guten Willen eine lähmende Ohnmacht werden, Mathematikunterricht wird begonnen, ohne der eigenen Empathie Folge zu leisten und Hanna wirklich in ihrer Not und Trauer auch im Lebensraum Schule zu begleiten.

### **Mut machen, Sicherheit aufbauen, erste Schritte aufzeigen**

Krisen- und Resilienzpädagogen wollen Anwälte der Kinder und Jugendlichen sein, sie in ihrer Schutzlosigkeit nicht allein lassen, sie abschirmen vor den neugierigen Fragen übereifriger Journalisten, ihnen zur Seite stehen, wenn sie mit allzu guten Ratschlägen bombardiert werden oder man ihnen Vorwürfe macht. Krisen- und Resilienzpädagogik möchte an dieser Stelle Mut machen, Sicherheit aufbauen, erste Schritte aufzeigen, damit wieder Bewegung möglich wird und Erstarrung vermieden werden kann, die unter Umständen tiefe seelische Narben bei allen Beteiligten hinterlassen kann. Die Grundschule, in die Hanna zur Schule ging, ließ ihre betroffene Klassenlehrerin nicht alleine. Es gab

ein internes Krisenteam, das zusammentrat und die richtigen Fragen stellte: Wer ist von dieser Situation in welcher Weise betroffen? Welche »Kreise der Betroffenheit« lassen sich erkennen? Was ist mit den Betroffenen in welcher Reihenfolge zu tun? (Prioritäten, zeitliche Reihenfolge, Möglichkeiten der Intervention) Wer kann was im Krisenteam leisten? (Aufgabenverteilung) Welche Hilfen von außen stehen uns zur Verfügung?

Gerade hier zeigte sich die positive Wirkung der Krisen- und Resilienzpädagogik: Erste Schritte waren nun denkbar, keine »Heilung«, aber doch Linderung der großen Not, in der sich Hanna und viele ihrer Freundinnen und Freunde sahen. Die Situation war

nicht plötzlich wieder gut, aber erträglich. So sorgten sich die Lehrkräfte um ihre Schüler, sie achteten einander, waren füreinander da, hörten einander zu, schenkten sich gegenseitig Sicherheit, verwiesen auf neue Perspektiven, wurden gemeinsam aktiv, schwiegen aber manchmal auch nur miteinander. Und das Wichtigste: Niemand brach unter der Last der Krise zusammen.

### Anmerkung

Der Beitrag entstand in Zusammenarbeit mit Werner Kassler, Finsterwalder-Gymnasium Rosenheim.

Martin Berwanger ist Diplom Theologe, Krisenpädagoge, Supervisor und Religionslehrer i. K. an der Berufsschule II Traunstein und im Schulpastoralen Zentrum Traunstein.

Adresse: Vonfichtstraße 1, 83278 Traunstein E Mail: [info@schulpastorales-zentrum-traunstein.de](mailto:info@schulpastorales-zentrum-traunstein.de)

Nr.	Tage	Ausbildungsschritte »Krisen- und Resilienzpädagogik«
1	1	Einführungskurs: Krisen der Kindheit und des Jugendalters
2	3	»MOVE« Motivierende Kurzintervention bei riskant konsumierenden Jugendlichen
3	1	Psychische Störungen als Ursache für Krisen junger Menschen und Einführung in die Resilienz: Kinder und Jugendliche stärken für die Krise
4	1	Stress - was ist das? - Umgang mit Stress Förderung der Resilienz: Coping - Konstruktiver Umgang mit Stress
5	1	Einführung in die Psychotraumatologie; Belastungsreaktionen und Intervention
6	2	Trauerpastoral: Begleitung von einzelnen Schülern, Gruppen und Klassen in und nach einer Krise. Ein Trauerseminar mit biographischem Zugang
7	1	Ressourcenarbeit mit Kindern und Jugendlichen (Resilienz)
8	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervention bei Suizidankündigung von Kindern und Jugendlichen</li> <li>• Prävention von Selbstverletzungen und Suizid in Schule und Kinder- und Jugendarbeit</li> <li>• Krisenmanagement nach Suizid an der Schule beziehungsweise bei Kinder- und Jugendfreizeiten (Planspiele)</li> <li>• Aufbau eines Krisenteams, die Arbeit (Aufgabenverteilung usw.) eines schulinternen Krisenteams vor, in und nach einem Notfall</li> </ul>
9	1	Sexuelle Gewalt (Intervention und Prävention)
10	1	Häusliche Gewalt (Intervention und Prävention)
11	1	Gewalt, Mobbing und Bullying unter Kindern und Jugendlichen
12	1/2	Ungewollt schwanger - was nun?
13	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medienkonsum und Auswirkungen (z. B. Cyber Mobbing)</li> <li>• Meine Rolle als Krisen- und Resilienzpädagoge in meinem Arbeitsfeld</li> <li>• Methoden der Psychohygiene und Ressourceninstallation</li> <li>• Abschlusskolloquium und Zertifikatsverleihung</li> </ul>
Supervision		<ul style="list-style-type: none"> <li>• sieben Gruppensupervisionen und Selbsterfahrung (insgesamt 21 Stunden)</li> <li>• Einzelsupervision nach Einsätzen</li> </ul>
Praktika		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche in Traunstein</li> <li>• Beratungsstelle für Schwangerschafts- und Familienfragen in Rosenheim, Prien oder Traunstein</li> </ul>
Fakultative Angebote		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriminalität im Jugendalter (Besuch der Justizvollzugsanstalt Laufen-Lebenau)</li> <li>• Ressourcenorientierte Gesprächsführung (in Kleingruppen), vier Nachmittage im Schuljahr</li> </ul>
nach Ausbildung		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppensupervision (fünf Sitzungen im Schuljahr à drei Stunden)</li> <li>• Fortbildungstag pro Schuljahr zur Vertiefung der einzelnen Themen</li> </ul>

Tabelle 1: Ausbildung zum Krisen- und Resilienzpädagogen