

Individuelles Studienprojekt

Praktische Auseinandersetzung mit dem Buch Lily, Ben und Omid

Planung, Durchführung und Evaluation ressourcenorientierter Lektionen mit der Thematik Traumapädagogik

Schriftliche Arbeit von:

Alexandra Greiner

alexandra.greiner@students.fhnw.ch

Eingereicht am 30.10.18 bei:

Johanna Hersberger

Dozentin ISP FHNW

johanna.hersberger@fhnw.ch

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung und Relevanz	3
2	Vorgehensweise	4
3	Reflexionen zum Kinderbuch «Lily, Ben und Omid»	4
3.1	Beschreibung des Inhalts	4
3.2	Reflexionen zum Inhalt in Bezug auf die Unterrichtsplanungen	5
3.2.1	Inhalt des Buches und Alter der Kinder	5
3.2.2	Top-down oder Bottom-up?	6
3.2.3	Tritt der «sichere Ort» ganz plötzlich ein?	6
3.2.4	Musik zum Buch	7
3.2.5	«Die Vernunft» als Teil der Exekutiven Funktionen?	7
4	Unterrichtsplanungen	8
4.1	Hintergrund	8
4.2	Erlebnisthema	8
4.3	Ziele und Rhythmisierung des Unterrichts	8
4.3.1	Grobziele	8
4.3.2	Rhythmisierung des Unterrichts	9
5	Evaluation des Unterrichts	10
6	Literatur	11
7	Anhang: Unterrichtsplanungen	12
7.1	Planung Unterrichtssequenz 1	13
7.2	Planung Unterrichtssequenz 2	18

1 Einleitung und Relevanz

Thema:

Lektionsplanung, Durchführung und Evaluation in Anlehnung an das Buch «Lily, Ben und Omid» im Kontext traumapädagogischer Handlungsweise.

Fragestellung:

Wie können die dem Buch zugrunde gelegten traumapädagogischen Ansätze sinnvoll in die Unterrichtsplanungen für eine zweite Klasse (Kleingruppe) integriert werden?

Durchführung:

Detaillierte Unterrichtsplanungen.

Evaluation:

Wie verliefen die Lektionen? Welche Resultate können festgestellt werden? Weiterführende Gedanken und Überlegungen.

Infolge meiner Auseinandersetzung mit Trauma, Traumatherapie und Traumapädagogik habe ich mich entschlossen, innerhalb des für das individuelle Studienprojekt vorgegebenen Rahmens das Thema Traumapädagogik weiter zu vertiefen, Unterrichtslektionen dazu zu planen, durchzuführen und auszuwerten.

Eine hohe Relevanz des Themas ergibt sich durch die Häufigkeit auftretender Traumafolgestörungen und Verhaltensauffälligkeiten, welchen ein Trauma, Deprivation oder Bindungsstörungen zu Grunde liegen.

Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium hat dazu 2017 folgende Befunde veröffentlicht:

«In der Schweiz wurden repräsentative Daten bei 6787 Kindern und Jugendlichen erhoben (Averdijk et al., 2011). Die Befragungen wurden in der 9. Klasse durchgeführt. In einer Publikation gingen die Autorinnen und Autoren auf die Lebensprävalenz sowie die aktuelle Prävalenz von traumatischen Erlebnissen ein: 56,6% der Mädchen und 55,7% der Jungen gaben an, schon mindestens einmal ein traumatisches Erlebnis erlitten zu haben. Die beträchtlich hohen Prävalenzraten von PTSD war für Mädchen 6,2% und für Jungen 2,4%. Auch gaben 22% der Mädchen und 8% der Jungen an, schon mindestens einmal Opfer eines sexuellen Übergriffes mit körperlichem Kontakt geworden zu sein. 9,5% der Jungen und 28% der Mädchen gaben ausserdem an, im Internet sexuell belästigt worden zu sein. Die Studie bestätigte, dass Kinder, die zu Hause Misshandlungen ausgesetzt sind, häufiger Opfer von sexueller Gewalt werden.» (Obsan Dossier 62 «Psychische Gesundheit und Krankheit von Kindern und Jugendlichen in der Schweiz: Versorgung und Epidemiologie Eine systematische Zusammenstellung empirischer Berichte von 2006 bis 2016» Seite 40).¹

¹https://www.obsan.admin.ch/sites/default/files/publications/2017/obsan_dossier_62.pdf

2 Vorgehensweise

Zuerst werden die im Buch der Psychotraumatologin Marianne Herzog «Lily, Ben und Omid» dargestellten Mechanismen der Traumabewältigung reflektiert und mit der Förderung exekutiver Funktionen in Verbindung gebracht. Anschliessend folgen praktische Überlegungen für eine stufengerechte Unterrichtsplanung auf Basis ressourcenorientiertem Coping und Förderung relevanter Fähigkeiten in Verbindung mit Trauma- und Stressbewältigung (exekutive Funktionen).

Auf die zuvor dargestellten Überlegungen gestützt, werden zwei Unterrichtsplanungen vorgestellt und ihre Durchführung beschrieben. Der Schluss dieses Projektes mündet in einer Prozessevaluation mit Ausblick.

3 Reflexionen zum Kinderbuch «Lily, Ben und Omid»

3.1 Beschreibung des Inhalts

Das Buch «Lily, Ben und Omid» zeigt in anschaulicher Weise, kindgerechter Sprache und mit farbigen Illustrationen die Geschichte von Lily, Ben und Omid. Diese drei Kinder erfahren in der Schule typische Problematiken, welche bei Kindern mit PTBS, AD(H)S oder bei Kindern, die seelischen Belastungen und Stresssituationen ausgesetzt sind, auftreten können.

Das Problemverhalten kann dabei die Folge hochwirksamer Überlebensstrategien als Antwort auf vergangene Extremsituationen (Trauma, Deprivation, Verlust oder eine unsichere Bindung) darstellen.

Basis für das Erlernen alternativer Verhaltensweisen ist der «sichere Ort», welcher als angenehme Höhle dargestellt, im Buch ganz plötzlich wie von selbst auftritt. Ihre Wirksamkeit als «sicherer Ort» findet die Höhle in Verbindung mit der Beziehung zwischen den Kindern und Annelene, einer liebevollen und freundlichen Frau, welche der Höhle die wohlige Atmosphäre verleiht.

Die Höhle von Annelene ist weich, farbig, hell und hat duftende Schokoladenkekse: Sie spricht die Kinder positiv- multisensorisch an, gibt Vertrauen und vermittelt Sicherheit.

Annelene scheint von Anfang an eine vertrauensvolle Beziehung zu den Kindern zu haben: Diese erzählen ihr von ihren Problematiken in der Schule. Daraufhin erzählt Annelene den Kindern die Geschichte der kleinen Echse, der Antenne, dem Glöckchen und der Vernunft, welche sinnbildlich und vereinfacht für die bei der Traumaentstehung und -verarbeitung relevanten Prozesse im Gehirn stehen. Die drei Grundreaktionen bei extremer Bedrohung, Fight, Flee, Freeze werden anschaulich und vereinfacht erläutert und ihre «Ausserkraftsetzung» mit dem «sicheren Ort» erklärt.

Nachdem Annelene und die Kinder sich über diese Mechanismen ausgetauscht haben, schickt Annelene die Kinder zurück zur Schule, indem sie den Kindern je eine Hilfe mitgibt. Diese Hilfe ist ein physischer Gegenstand mit Symbolcharakter, der dazu dienen soll, die im «sicheren Ort» neu erlernten Verhaltensweisen auch in Triggersituationen beizubehalten.

3.2 Reflexionen zum Inhalt in Bezug auf die Unterrichtsplanungen

3.2.1 Inhalt des Buches und Alter der Kinder

Die Unterrichtsplanungen sollen auf Kinder im Alter von 7 und 8 Jahren abgestimmt werden.

Es stellt sich die Frage, ob es in diesem Alter sinnvoll ist, bzw. ab welchem Alter es sinnvoll ist, dass Kinder die einem Trauma oder einer Stresssituation neurologisch zugrunde liegenden Mechanismen (wenn auch vereinfacht) hören und verstehen sollen. Dass es ein grosser Gewinn ist, wenn ErzieherInnen und Lehrpersonen darüber Bescheid wissen, steht ausser Frage, aber um in diese Richtung mit den Kindern arbeiten zu können, ist es im Prinzip nicht zwingend notwendig, dass die Kinder sich mit dem Gehirn und seinen Funktionen auseinandersetzen. Das Buch «Lily, Ben und Omid» vereint das Wissen über die neurologischen Vorgänge mit dem Empfinden des «sicheren Ortes». Daraus ergibt sich die Frage, ob der Copingprozess im Alter von 7 oder 8 Jahren ohne dieses Wissen, sondern rein durch die unmittelbare Erfahrung des «sicheren Ortes» und den erlernten alternativen Handlungsstrategien in Stress- oder Triggersituationen nicht genauso gut initiiert werden kann

Die folgenden Unterrichtsplanungen bauen auf dieser Überlegung auf und setzen auf *Erfahrung, Erlebnis* und die Erarbeitung alternativer Handlungsstrategien ohne die Aneignung von explizitem Wissen über neurobiologische Netzwerke, die als Copingstrategien auf soziale Herausforderungen im Leben im Gehirn gebildet werden (Peichl 2012: 21).

Die Erfahrung eines «sicheren Ortes» soll ohne Buch erlebbar gemacht werden. Das Buch dient demnach nur als Basis für die Thematik und Zielsetzung. Dabei fokussieren die Lektionen Ressourcenorientierung und überlassen das kognitive Verstehen von Traumafolgestörungen oder sonstigem problematischem Verhalten und seinen räsentrativen Vorgängen im Gehirn einem höheren Lebensalter der Kinder.

Obwohl man beim Bilderbuch nicht erzählen muss, dass die Geschichte von der kleinen Echse, der Antenne, dem Glöckchen und der Vernunft eine Geschichte über die vereinfachte Funktionsweise im Gehirn veranschaulicht: Die Darstellung mit dem Gehirn (Vernunft, Antenne, Echse) ist abstrakt.

Kinder erleben sich selbst anders als Erwachsene, und es wird die Hypothese aufgestellt, dass es für das Alter von 7 oder 8 Jahren nicht notwendig ist, dass Kinder ihre Gefühle als im Kopf lokalisiert/ausgelöst oder manifestiert erleben oder begreifen können. Was nicht erlebt werden kann, bleibt dann als abstrakte, nicht integrierbare Information in der Schwebel.

3.2.2 Top-down oder Bottom-up?

Peter Levine schreibt 2013 im Buch "Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance zurückführt": "Die Bottom-up-Verarbeitung kann unsere grundlegenden Wahrnehmung der Welt nachhaltiger verändern als die Top-down-Verarbeitung" (Levine 2013: 341).

Bei Kindern, deren Gehirn noch nicht fertig ausgereift ist, mag diese Aussage noch mehr zutreffen: In erster Linie müssen die nötigen *Erlebnisse (ganzheitliche Erfahrungen)* geschaffen werden und später kann deren Komplexität verstanden und somit auch auf kognitiver Ebene integriert werden.

Weiter konstatiert Levine: "Es hat sich jedoch herausgestellt, dass die Erforschung mentaler Prozesse Menschen nach einem Trauma bei der Transformation ihrer Symptome nur begrenzt helfen kann." Und: "Dauerhafte Veränderungen beruhen nicht primär auf psychologischen Verarbeitungsprozessen, die von oben nach unten verlaufen (das heisst, mit rationalen Gedanken, Wahrnehmungen und disziplinierten Verhaltensänderungen beginnen), sondern passieren prinzipiell durch die Verarbeitung von unten nach oben (bei der wir uns auf physische/physiologische Empfindungen konzentrieren lernen, während diese sich kontinuierlich zu Wahrnehmungen, Erkenntnissen und Entscheidungen entwickeln)". (Levine 2013: 341).

3.2.3 Tritt der «sichere Ort» ganz plötzlich ein?

Der Moment in der Geschichte, bei dem die drei Kinder in dem grässlichen, voller Ungeheuer wimmelnden Wald in das dunkle Loch fallen und sich ganz *plötzlich* in der wohligen Höhle wiederfinden, scheint aufgrund seiner vielleicht schwer nachvollziehbaren Spontanität etwas schwierig, um in das reale Leben transferiert werden zu können.

Wie entsteht diese Wendung in realen Lebenssituationen? Meist braucht ein Kind dazu die *Beziehung* zu einer erwachsenen Person, die ihm hilft, einen «sicheren

Ort» zu finden. Vielleicht muss dieser sichere Ort erst erarbeitet, aufgebaut werden, vor allem wenn es darum gehen würde, einen solchen «sicheren Ort» in sich selbst zu etablieren.

3.2.4 Musik zum Buch

Frau Caroline Rieser hat in ihrer Masterarbeit 2016 ein Musikstück komponiert und dazugehörige Unterrichtsplanungen zur Erarbeitung des Liedes aufbereitet. Auf Basis der theoretischen Grundlagen, welche Frau Rieser in ihrer Masterarbeit geschildert hat, wurden 2 andere, einfachere Lieder gewählt, welche sich in das Erlebnisthema «Wüste, Kamele, Oase, Tanz der Freude, kleiner See in der Oase» genauso gut einbetten liessen und für eine 2. Klasse geeigneter schienen. Das Erlebnisthema, welches sich anstelle der Geschichte von Lily, Ben und Omid durch die ganze Lektion zieht, spricht die Kinder emotional an und lässt sie zwischen den einzelnen Sequenzen Sinnhaftigkeit erleben.

3.2.5 «Die Vernunft» als Teil der exekutiven Funktionen?

Weiter interessiert, inwiefern die exekutiven Funktionen mit der im Buch genannten "Vernunft" zusammenhängen. Ich wage die Hypothese, dass diese "Vernunft" eigentlich mit den exekutiven Funktionen gleichzustellen ist, da es hier von der Idee her um das im Frontalhirn lokalisierte Steuerungssystem geht. Denn was ist Vernunft und Steuerung, sowie Umsetzung von Vernunft anderes, als die «exekutiven Funktionen»?

Wenn diese Hypothese vertretbar ist, so bedeutet ressourcenorientierte Förderung der Selbstkompetenz in Bezug auf Verhaltensauffälligkeit infolge Trauma oder unsicherer Bindung, einerseits die Etablierung eines «sicheren Ortes» und andererseits die *Förderung der exekutiven Funktionen*.

Die Lektionsplanungen würden demzufolge diese beiden Aspekte beinhalten.

Da sich die im Praxisbuch «FEX, Förderung exekutiver Funktionen. Wissenschaft, Praxis- Förderspiele»² sehr gut musikalisch umsetzen lassen, wird das Erlernen der Lieder mithilfe der Fex- Spiele konzipiert.

² Walk, Laura und Wiebke, Evers (2013): Förderung exekutiver Funktionen. Wissenschaft. Praxis, Förderbeispiele. Bad: Rodach: Wehrfritz.

4 Unterrichtsplanungen

4.1 Hintergrund

Die Thematik vom Buch «Lily, Ben und Omid» wurde als Grundlage für die Erstellung der Lektionsplanungen mit dem Ziel der Etablierung eines «sicheren Ortes» und der Förderung exekutiver Funktionen gewählt. Dabei sollen alle drei Bereiche, Inhibition, Arbeitsgedächtnis und kognitive Flexibilität trainiert werden und nebenbei noch die Lieder, welche ressourcenorientiert wirken (d.h. an positive Gefühle anknüpfen) erlernt werden.

Weiter sind in den Übungen Additions- und Subtraktionsrechnungen enthalten. Es wird dem kindlichen Bewegungsdrang Rechnung getragen und Raum für Kreativität und für die Erstellung des eigenen «sicheren Ortes» gegeben.

4.2 Erlebnisthema

Als Erlebnisthema wird «Wüste, Kamele und Oase mit kleinem See etc.» gewählt. Die Entspannungsgeschichte, das FEX- Spiel «Finde die Gemeinsamkeit»³ (kognitive Flexibilität) und die Rahmengeschichte, welche sich durch die Lektionen zieht, handeln von der Wüste, den Kamelen und der Oase mit dem kleinen See.

Damit das Erlebnisthema für die Kinder auch multisensorisch erfahrbar wird (Multisensorik aktiviert gleichzeitig mehrere Bereiche im neuronalen Netzwerk, was neue Verbindungen entstehen lässt oder bestehende Verbindungen festigt. Die Entstehung von Synapsen oder die Verstärkung schon bestehender Verbindungen als Folge gleichzeitig angesprochener Hirnareale ermöglicht nachhaltige Erlebnis- und Lernprozesse) wird eine Wüstenlandschaft aufgebaut. Mit gelb-braunen Tüchern werden Hügel errichtet und ein Sandboden gelegt, darin sich ein See mit einem blauen Tuch befindet. Kamele in verschiedener Grösse werden aufgestellt und bei der Geschichte miteinbezogen.

4.3 Ziele und Rhythmisierung des Unterrichts

4.3.1 Grobziele

Lektionsziele sind die Schaffung eines für die Kinder erlebbaren «sicheren Ortes» und Impulskontrolle, kognitive Flexibilität, sowie Arbeitsgedächtnis.

Das Arbeitsgedächtnis wird mit Rechenaufgaben in Form von Tönen, eingebettet in die Wüstengeschichte, trainiert. Dazu spielt die Lehrperson eine Anzahl Töne auf

³ Walk, Laura und Wiebke, Evers (2013: 82).

der Harfe, sagt «Plus» oder «Minus» und spielt nochmals eine Anzahl auf einer anderen Saite. Die kleine Saite steht dabei für das kleine Kamel, die grosse für dessen Eltern.

Gleich am Anfang wird die kognitive Flexibilität in eine kurze Einführung über Wüste, Kamele und Oase eingebettet, trainiert.

Inhibition wird gleichzeitig mit dem Erlernen des Liedes «Bist du glücklich und du weisches...» geübt und in mehreren Variationen wiederholt.

Der «sicherere Ort» wird durch mehrschichtige Faktoren angesprochen: Einführung durch eine angenehme, interessante, ruhige und schönen Geschichte mit multisensorisch erfahrbarem, ästhetischem Material, Vertrauen, Wertschätzung und Wohlwollen untereinander, ruhige, liebevolle Stimmlage und Blickkontakt, Klarheit der Struktur in der Aufgabenstellung, Achtsamkeit auf die Bedürfnisse der Kinder in Bezug auf Spiel, Autonomie, Sicherheit (durch klare Strukturierung, Geführtwerden, Gerechtigkeit, Authentizität, Akzeptanz), roter Faden, Ortswechsel und geführte Übergänge der Sequenzen.

Der Traumapädagoge Martin Baierl regt für den Aufbau eines «sicheren Ortes» an, sich selbst zu fragen, was und wie das Gefühl von Sicherheit entstehen kann. Was macht eine Person oder einen Ort zu einem sicheren Ort? (Baierl 2014 :82)

Gemeinsame, erlebnisorientierte Aktivitäten und die Bemühung, sowohl ein gesundes Vorbild, wie auch einen personell sicheren Ort darzustellen, stärken die Beziehung zum Kind und Jugendlichen. Nach Baierl sind es die komplexen Beziehungsdynamiken bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen, welche Lehrpersonen und Institutionen überfordern (Baierl 2014: 82). Auf eine positive Beziehungsgestaltung ist demnach besonderen Wert zu legen.

Nach Baierl gehören Spiritualität und Lebensfreude zu den stärksten Resilienzfaktoren: „*Schätzen wir Lebensfreude als Grundhaltung, Weg und Ziel unserer Pädagogik wert?*“ (Baierl 2014: 105).

4.3.2 Rhythmisierung des Unterrichts

Es wird darauf geachtet, dass sich jeweils eine ruhige und eine bewegte, aktive Sequenz abwechseln. Dies erhöht die Konzentration der Kinder und lässt sie länger an einem Thema (in unterschiedlicher Herangehensweise) verweilen. Es kommen dabei sowohl ruhige, als auch Kinder mit viel Bewegungsdrang zum Zug.

Abgerundet werden die Lektionen durch eine Entspannungsgeschichte und anschliessendem kreativen Malen derselben.

5 Evaluation des Unterrichts

Die Lektionen wurden je in drei verschiedenen zweiten Klassen in Kleingruppen von fünf bis acht Kindern durchgeführt.

Die Kinder haben sich sofort auf die Geschichte und die Spiele eingelassen und sind ganz in das Erlebnisthema eingetaucht.

Dadurch dass die Lektionen gut rhythmisiert waren, blieben die Kinder bis zum Schluss sehr konzentriert, engagiert und freudig bei der Sache. Es herrschte durchwegs eine freudige, interessierte Stimmung. Als die Stunde zu Ende war, wollten die Kinder nicht gehen und baten, noch in der Pause dableiben zu dürfen, um weiterzumalen. Die darauffolgenden Tage fragten die Kinder, ob sie wieder in den Gruppenraum dürften, um nochmals in die Oase der Wüste gehen zu können. Auch die anderen Kinder der Klassen, welche nicht bei der Gruppe dabei waren, fragten, ob sie nun auch mitmachen könnten.

Die Lektionen verliefen sehr positiv und der Aspekt der Ressourcenorientierung, der Verstärkung positiver Emotionen wie Freude und das Gefühl von Sicherheit, konnte durch die Stunden erreicht werden.

Dadurch, dass die Lektionen mit drei verschiedenen Klassen durchgeführt worden waren, ergaben sich auch interessante Vergleiche der unterschiedlichen Gruppen. Gleichzeitig konnten aufgrund der Mehrspurigkeit nicht mehr als zwei aufeinander aufbauende Lektionen durchgeführt werden.

Die Kinder mit starkem ADHS fielen während der Lektionen kaum auf, da sie von der Rhythmisierung und der Bewegung in der Stunde stark zu profitieren schienen. Generell fielen Kinder, welche im «normalen Unterricht» sehr auffällig sind, kaum aus dem Rahmen, gliederten sich gut ein und blieben interessiert dabei. Ausnahme war ein Junge, der das Inhibitionsspiel (Bewegung im Raum) nicht mitmachen konnte und stattdessen schon mit dem Malen seines «sicheren Ortes» begann. Er gliederte sich im Verlauf der Lektion aber wieder zufrieden ein.

Fazit: Unterrichtssequenzen, welche den Kindern einen «sicheren Ort» vermitteln und die exekutiven Funktionen fördern, können nicht genug oft eingeplant werden.

Studien und Beobachtungen aller Art, die den Zusammenhang der Förderung exekutiver Funktionen und Traumabewältigung, exekutiver Funktionen und ADHS, exekutiver Funktionen und Bindungsstörungen zu ermitteln suchen, wären in dem hier kurz angerissenen Zusammenhang äusserst interessant, würden den Rahmen des individuellen Studienprojektes aber sprengen.

Es wäre sicherlich auch mehrere empirische Studien wert, welche die positive Wirkung von Lektionen mit den oben genannten Schwerpunkten, belegt und differenziert erklärt und somit zu einem Paradigmenwechsel in Bezug auf Förderschwerpunkte und Lernziele beitragen würden.



Die Kinder beim Malen ihres «sicheren Ortes».

Literatur

Baierl, Martin [Hrsg.]; Frey, Kurt [Hrsg.](2014: 80-107): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Herzog, Marianne (2016): Lily, Ben und Omid. Drei Kinder machen sich auf den Weg, ihren «sicheren Ort» zu finden. Oberhof: Top Support GmbH.

Levine, Peter A. (2013): Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance zurückführt. München: Kösel- Verlag.

Obsan Dossier 62 «Psychische Gesundheit und Krankheit von Kindern und Jugendlichen in der Schweiz: Versorgung und Epidemiologie Eine systematische Zusammenstellung empirischer Berichte von 2006 bis 2016»

https://www.obsan.admin.ch/sites/default/files/publications/2017/obsan_dossier_62.pdf

Peichl, Jochen (2012): Hypno-analytische Telearbeit. Ego-State-Therapie mit inneren Selbstanteilen. Stuttgart: Klatt-Cotta.

Rieser, Caroline (2016): Umgang mit traumatisierten Kindern im Unterricht. Zentrale Aspekte aus Psychotraumatologie und Traumapädagogik in Theorie & Praxis. Eine Masterarbeit. ISP FHNW.

Walk, Laura und Wiebke, Evers (2013): Förderung exekutiver Funktionen. Wissenschaft. Praxis, Förderbeispiele. Bad: Rodach: Wehrfritz.

Weitere Quellen, welche im Text nicht vorkommen aber gleichwohl für das Hintergrundwissen eine Rolle spielten:

Dilling, Horst und Freyberger, Harald J. (Hrsg.) (2016): ICD- 10. Taschenführer zur ICD-10_ Klassifikation psychischer Störungen. 8. Überarbeitete Auflage entsprechend ICD-10-GM. Bern: Hogrefe AG.

Zito, Dima, Martin, Ernest (2016): Umgang mit traumatisierten Flüchtlingen. Ein Leitfaden für Fachkräfte und Ehrenamtliche. Weinheim und Basel: Beltz Juventa.

Köhler- Saretzki, Thomas (2016): Sichere Kinder brauchen starke Wurzeln. Wegweiser für den Umgang mit bindungsbeeinträchtigten Kindern und Jugendlichen. Idstein: Schultz- Kirchner Verlag.

6 Anhang: Unterrichtsplanungen

6.1 Planung Unterrichtssequenz 1

Name der/des Studierenden: Alexandra Greiner

Schulhaus: Primarschule Gerenmatte, Arlesheim

Klasse: 2b, 2d, 2c (ISF)

Datum/Zeit: 24., 25., 26. 9. 2018

Anzahl Schülerinnen und Schüler: 5 -8

1. Thematik: Förderung der exekutiven Funktionen, Etablierung eines „Safe Place“ (sicherer Ort) als Ressource für Selbstkompetenz, Selbstwirksamkeit und Emotionsregulation.

Kognitive Flexibilität:

Spiel „Finde die Gemeinsamkeit“ aus dem FEX mit dem Thema Wüste.

Inhibition:

Freeze Spiel mit Gitarre und Lied „Bisch du glücklich und du weisches...“.

Freeze Spiel mit Gitarre und Befehle. Variation: Je ein Kind gibt die Befehle.

Arbeitsgedächtnis:

Rechenaufgaben mit Tönen auf der Harfe.

Musik und Bewegung:

Singen des Liedes „Bisch du glücklich und du weisches“ und Lied. „Ich wünsche dir en guete Dag und dass dir alles glinge mag“ mit Variationen (Bodypercussion und Trommelbegleitung).

Sicherer Ort:

Entspannungsgeschichte „Sicherer Ort“.

Malen und erzählen (Förderung Sprache):

Eigener sicherer Ort malen.

Jedes Kind überlegt sich seinen „sicheren Ort“ und darf den anderen davon erzählen.

2. Voraussetzungen (personell, inhaltlich, zeitlich, methodisch, materiell)

Kleingruppe mit ISF- Kindern. Im Gruppenraum, verschiedene Sozialformen werden genutzt, Musikinstrumente und Kreiden kommen zum Einsatz.

3. Zielsetzungen für die Schüler/innen (fachlich, personal, sozial)

- Die Kinder können ihre Impulse beim „Freeze-Spiel“ meistens kontrollieren und kennen passiv das Lied, welches in einer nächsten Lektion mit Begleitung erlernt wird.
- Die Kinder können in das Spiel „Finde die Gemeinsamkeit“ eintauchen und begeben sich dabei mental in die Umgebung, in welcher der „sicheren Ort“ später dargestellt wird.
- Die Kinder können einfache Plus und Minus- Rechnungen im Zahlenraum bis 20, welche mit Tönen hörbar/erlebbar gemacht werden, lösen und selber Rechnungsaufgaben anhand der zuvor gehörten Beispiele, stellen.
- Die Kinder können zum Lied „Bisch du glücklich“ und „ich wünsche dir en guete Dag“ einen Puls gehen und klatschen. Sie können den Anfang des Textes als Gruppe in Cell-Response- Formation sprechen und dazu die Bewegungen ausführen.
- Die Kinder können in die Entspannungsgeschichte eintauchen und ihren eigenen „sicheren Ort“ malen.

Zeit	Teilschritte und didaktischer Kommentar	Verlauf		Organisatorisches	
		Inhalte, Tätigkeit der Lehrperson	Inhalte, Tätigkeit der Kinder	Sozialform	Material / Medien
11:15	<p>Damit die SuS Orientierung haben über den Verlauf der Stunde, wird am Anfang kurz vorgestellt, was wir alles machen werden: Spiele, neues Lied, Geschichte, Malen.</p> <p>Das Spiel erklären und anleiten.</p>	<p>Begrüssung mit Singen „Ich wünsche dir en guete Dag“ und Vorstellen, was wir machen werden.</p> <p>Kognitive Flexibilität: Spiel „Finde die Gemeinsamkeit“ aus dem FEX mit dem Thema Wüste.</p>	<p>SuS kommen an und setzen sich auf die Bänkli im Kreis.</p> <p>SuS hören gut zu und versuchen reihum herauszufinden, welcher Gegenstand es war.</p> <p>Je ein Kind darf danach einen Gegenstand wählen.</p>	Alle zusammen. Zuerst die LP, danach immer ein Kind legt einen Gegenstand fest.	Gitarre

11:25	Die SuS hören passiv das Lied und üben dabei ihre Impulskontrolle auf spielerische Weise.	Inhibition: Freeze Spiel mit Gitarre und Lied. Freeze Spiel mit Gitarre und Befehle. Variation: Je ein Kind gibt die Befehle.	SuS hören das Lied und bewegen sich dabei frei. Wenn das Lied stoppt müssen sie erstarren. Je ein Kind darf beim Stopp einen Befehl geben.	Als Gruppe frei im Raum.	Instrument: Gitarre oder Trommel.
11:30	Die SuS trainieren das Arbeitsgedächtnis. Gleichzeitig machen sie sich mit dem Instrument vertraut, in dem nur einzelne Töne gespielt werden.	Arbeitsgedächtnis: Rechenaufgaben mit Tönen Zuerst von LP gestellt, danach von je einem Kind.	SuS hören gut zu und versuchen die Rechnungen zu lösen. Je ein Kind stellt den anderen Aufgaben.	Zuerst LP danach ein Kind stellt die Aufgabe mit dem Instrument.	Harfe und Trommel.
11:35	Die SuS können sich nach der Konzentrationsphase bewegen und lernen sinngemäss das Lied kennen (Unterstützung durch die Bewegungen).	Musik und Bewegung: Singen des Liedes „Bisch du glücklich und du weisches“ mit Variationen (Bodypercussion und Trommelbegleitung).	SuS merken sich die Bewegungen und machen mit den Füßen den Puls des Liedes mit.	Alle zusammen im Kreis (stehend).	Gitarre, Trommel
11:40	Die SuS entspannen sich und bekommen ein inneres Bild für einen „sicheren Ort“.	Sicherer Ort: Entspannungsgeschichte „Sicherer Ort“.	SuS entspannen sich und machen sich ein inneres Bild der Geschichte.	Kinder dürfen wählen, wo sie die Geschichte hören wollen.	
11:45	Die SuS dürfen sich nun ihren eigenen Ort ausdenken und ihn malen. Danach erzählen	Malen und erzählen (Förderung Sprache): Eigenen sicheren Ort malen.	SuS denken sich ihren eigenen „sicheren Ort“ aus und bringen diesen mit Kreiden zu Papier.	Alle zusammen, aber jeder an seinem	Kreiden, Papier.

	sie den anderen SuS mithilfe des Bildes von ihrem Ort.	Jedes Kind überlegt sich seinen „sicheren Ort“ und darf den anderen davon erzählen.	SuS stellen ihr Bild den anderen vor.	eigenen Bild. Danach Erzählrunde im Kreis.	
--	--	---	---------------------------------------	--	--

Anmerkungen:

In Anlehnung an das Buch «Lily, Ben und Omid. Drei Kinder machen sich auf den Weg, ihren ‘sicheren Ort’ zu finden» von Marianne Herzog, soll die obige Unterrichtsstunde den Fokus auf die Etablierung eines sicheren Ortes legen, ohne dabei die negativen Emotionen (Angst, Wut, Trauer etc.) zu thematisieren. Den Kindern soll die Erfahrung eines sicheren Ortes ohne Buch erlebbar gemacht werden und dabei soll ein ressourcenorientierter Ansatz verfolgt werden: Das kognitive Verstehen der Emotionsbewältigung im Gehirn, wie im obigen Buch dargestellt, soll einem höheren Lebensalter der Kinder überlassen werden.

Es wird angenommen, dass die in Herzogs Buch genannte "Vernunft" mit den exekutiven Funktionen gleichzustellen ist, da es hier von der Idee her um das im Frontalhirn lokalisierte Steuerungssystem geht. Denn was ist Vernunft und Steuerung, Umsetzung von Vernunft anderes als die exekutiven Funktionen? Aufbauend auf diesen Zusammenhang werden die exekutiven Funktionen spielerisch trainiert und dabei auf Einbettung in ein Erlebnisthema (Wüste und der darin erlebbare «sichere Ort») geachtet.

Wenn die exekutiven Funktionen mit der Idee der Vernunft korrelieren, so bedeutet ressourcenorientierte Förderung der Selbstkompetenz (z.B.in Bezug auf Verhaltensauffälligkeit infolge Trauma oder unsicherer Bindung,) einerseits die Etablierung eines *sicheren Ortes* und andererseits die *Förderung der exekutiven Funktionen*. Die vorliegende Unterrichtsplanung würde demzufolge diese beiden Aspekte beinhalten.

Dass die Bilderbuchgeschichte nicht erzählt wird, und nur auf obige Aspekte eingegangen wird, kann u.a. mit folgender Überlegung begründet werden: Die Darstellung mit dem Gehirn in Herzogs Buch (Vernunft, Antenne, Echse) ist sehr abstrakt. Kinder erleben sich noch anders als Erwachsene und es scheint für dieses Alter weit hergeholt, dass Kinder ihre Gefühle als im Kopf lokalisiert/ausgelöst oder manifestiert erleben können. Was nicht erlebt werden kann, bleibt dann ja als abstrakte- nicht integrierbare Information in der Schweben. Damit steht in Verbindung, was Peter Levine 2013 im Buch "Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance zurückführt" schreibt:

"Die Bottom-up-Verarbeitung kann unsere grundlegende Wahrnehmung der Welt nachhaltiger verändern als die Top-down-Verarbeitung" (Levine 2013: 341).

Bei Kindern, deren Gehirn noch nicht fertig ausgereift ist, mag diese Aussage noch mehr zutreffen: In erster Linie müssen die nötigen *Erlebnisse (ganzheitliche Erfahrungen)* geschaffen werden und später kann deren Komplexität verstanden und somit auch auf kognitiver Ebene integriert werden.

Weiter konstatiert Levine: "Es hat sich jedoch herausgestellt, dass die Erforschung mentaler Prozesse Menschen nach einem Trauma bei der Transformation ihrer Symptome nur begrenzt helfen kann." Und: "Dauerhafte Veränderungen beruhen nicht primär auf psychologischen Verarbeitungsprozessen, die von oben nach unten verlaufen (das heisst, mit rationalen Gedanken, Wahrnehmungen und disziplinierten Verhaltensänderungen beginnen), sondern passieren prinzipiell durch die Verarbeitung von unten nach oben (bei der wir uns auf physische/physiologische Empfindungen konzentrieren lernen, während diese sich kontinuierlich zu Wahrnehmungen, Erkenntnissen und Entscheidungen entwickeln)". (Levine 2013: 341).

6.2 Planung Unterrichtssequenz 2

Name der/des Studierenden: Alexandra Greiner

Schulhaus: Primarschule Gerenmatte, Arlesheim

Klasse: 2b, 2d, 2c (ISF)

Datum/Zeit: 15, 16., 17. 10. 2018

Anzahl Schülerinnen und Schüler: 5- 8

1. Thematik: Förderung der exekutiven Funktionen, Etablierung eines „Safe Place“ (sicherer Ort) als Ressource für Selbstkompetenz, Selbstwirksamkeit und Emotionsregulation.

Kognitive Flexibilität:

Spiel „Finde die Gemeinsamkeit“ aus dem FEX mit dem Thema Wüste.

Inhibition:

Freeze Spiel mit Gitarre und Lied „Bisch du glücklich und du weisches...“.

Freeze Spiel mit Gitarre und Befehle und mehreren Variationen.

Arbeitsgedächtnis:

Rechenaufgaben mit Tönen auf der Harfe und der Trommel im Wechsel.

Musik und Bewegung:

Singen des Liedes „Bisch du glücklich und du weisches“ und Lied. „Ich wünsche dir en guete Dag und dass dir alles glinge mag“ mit Variationen (Bodypercussion und Trommelbegleitung). Dazu einfacher Tanz.

Sicherer Ort:

Entspannungsgeschichte „Sicherer Ort“.

Malen und erzählen (Förderung Sprache):

Eigener sicherer Ort fertig malen.

Jedes Kind stellt den anderen sein Bild vor.

2. Voraussetzungen (personell, inhaltlich, zeitlich, methodisch, materiell)

Kleingruppe mit ISF- Kindern. Im Gruppenraum, verschiedene Sozialformen werden genutzt, Musikinstrumente und Kreiden kommen zum Einsatz.

3. Zielsetzungen für die Schüler/innen (fachlich, personal, sozial)

- Die Kinder können ihre Impulse beim „Freeze-Spiel“ kontrollieren, kennen das Lied, können aktiv mitsingen und eine einfache Pulsbegleitung auf der Trommel dazu spielen.
- Die Kinder können in das Spiel „Finde die Gemeinsamkeit“ eintauchen und beziehen viele Aspekte dabei ein: Farben der Wüste, Schmuck der Kamele usw.
- Die Kinder können einfache plus und minus- Rechnungen im Zahlenraum bis 20, welche mit Tönen hörbar/erlebbar gemacht werden, lösen und selber Rechnungsaufgaben anhand der zuvor gehörten Beispiele, stellen. Sie nutzen dazu die Harfe und die Trommel.
- Die Kinder können zum Lied „Bisch du glücklich“ und „ich wünsche dir en guete Dag“ singen und dazu einen einfachen Tanz tanzen.
- Die Kinder malen ihren eigenen „sicheren Ort“ fertig und stellen ihn den anderen Kindern vor.

Zeit	Teilschritte und didaktischer Kommentar	Verlauf		Organisatorisches	
		Inhalte, Tätigkeit der Lehrperson	Inhalte, Tätigkeit der Kinder	Sozialform	Material / Medien
11:15	Nonverbaler Einstieg mit dem Lied. Tücher, Kamele usw. sind materiell ausgestellt und erinnern die Kinder sofort an die letzte Stunde, welche vor den Ferien stattgefunden hat.	<p>Begrüßung mit Singen „Ich wünsche dir en guete Dag“ und Vorstellen, was wir machen werden.</p> <p>Kognitive Flexibilität: Spiel „Finde die Gemeinsamkeit“ aus dem FEX mit dem Thema Wüste.</p>	<p>SuS kommen an und setzen sich auf die Bänkli im Kreis und singen das Lied mit.</p> <p>SuS hören gut zu und versuchen reihum herauszufinden, welche Eigenschaft es war.</p> <p>Je ein Kind darf danach eine Eigenschaft wählen.</p>	Alle zusammen. Zuerst die LP, danach immer ein Kind legt eine Eigenschaft fest.	Gitarre

11:25	Die SuS hören passiv das Lied und üben dabei ihre Impulskontrolle auf spielerische Weise.	Inhibition: Freeze Spiel mit Gitarre und Lied. Freeze Spiel mit Gitarre und Befehle. Viele Variationen: Je ein Kind gibt die Befehle.	SuS singen das Lied mit und bewegen sich dabei frei. Wenn das Lied stoppt müssen sie erstarren. Es folgen Variationen wie „alle Mädchen stoppen“ oder „auf einem Bein“ usw. Je ein Kind darf beim Stopp einen Befehl geben.	Als Gruppe frei im Raum.	Instrument: Gitarre oder Trommel.
11:30	Die SuS trainieren das Arbeitsgedächtnis. Gleichzeitig machen sie sich mit dem Instrument vertraut, in dem nur einzelne Töne gespielt werden.	Arbeitsgedächtnis: Rechenaufgaben mit Tönen Zuerst von LP gestellt, danach von je einem Kind. Bei den Plusaufgaben wird zuerst mit der Harfe gespielt, bei den Minusaufgaben zuerst mit der Trommel.	SuS hören gut zu und versuchen die Rechnungen zu lösen. Je ein Kind stellt den anderen Aufgaben.	Zuerst LP danach ein Kind stellt die Aufgabe mit dem Instrument.	Harfe und Trommel.
11:35	Die SuS können sich nach der Konzentrationsphase bewegen und lernen sinngemäss das Lied kennen (Unterstützung durch die Bewegungen).	Musik und Bewegung: Singen des Liedes „Bisch du glücklich und du weisches“ mit Variationen und einfachem Tanz dazu. (Bodypercussion und Trommelbegleitung von je einem Kind dazu gespielt).	SuS merken sich die Bewegungen und machen mit den Füßen den Puls des Liedes mit.	Alle zusammen im Kreis (stehend).	Gitarre, Trommel
11:40	Die SuS entspannen sich in ihrem inneren Bild ihres „sicheren Ortes“.	Sicherer Ort: Entspannungsgeschichte „Sicherer Ort“.	SuS entspannen sich und verfeinern ihr inneres Bild der Geschichte.	Kinder sitzen im Kreis.	

11:45	Die SuS werden dürfen an ihrem eigenen Bild weitermalen und es danach den anderen SuS vorstellen.	Malen und erzählen (Förderung Sprache): Eigener sicherer Ort fertig malen und zum Schluss den anderen vorstellen.	SuS stellen ihr Bild fertig. SuS stellen ihr Bild den anderen vor.	Alle zusammen aber jeder an seinem eigenen Bild. Danach Erzählrunde im Kreis.	Kreiden, Papier.
-------	---	--	---	---	------------------