

Schule gegen Gewalt

TRAUMASENSIBEL UND GENDERORIENTIERT

Markus Schwarzl

JUNGEN*- UND MÄNNER*FRAGEN | MARIAHILFSTRASSE 29, 6900 BREGENZ



Gewalt- und Mobbingprävention in geschlechterorientierter und Trauma sensibler Arbeit

In der heutigen Gesellschaft sind Prävention und Intervention gegen Gewalt und Mobbing zentrale Aufgaben in der sozialen Arbeit. Eine ganzheitliche Prävention betrachtet nicht nur direkte Formen der Gewalt, sondern bezieht auch strukturelle und institutionelle Aspekte mit ein. Dieser Ansatz nimmt zudem eine genderorientierte und Trauma sensible Perspektive ein, die den Fokus auf die individuellen Lebenswelten und Erfahrungen der Betroffenen legt. Gewalt und Mobbing wirken sich negativ auf das psychische und physische Wohlbefinden aus und beeinträchtigen häufig das Gefühl von Sicherheit und Zugehörigkeit. Um Betroffene effektiv zu unterstützen und schädliche Verhaltensmuster zu durchbrechen, bedarf es Konzepte, die spezifische Bedürfnisse, Hintergründe und Dynamiken erkennen und berücksichtigen.

Ziel dieses Konzepts ist es, Ansätze und Maßnahmen zu entwickeln, die sich auf die Prävention von Gewalt und Mobbing sowie auf den Aufbau sicherer, respektvoller Räume konzentrieren. Dies umfasst Programme und Aktivitäten zur Förderung von Selbstbewusstsein und Resilienz, aber auch die Sensibilisierung aller Beteiligten für die unterschiedlichen Formen von Gewalt, deren Ursachen und Auswirkungen. Besonders in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist es essenziell, ein Bewusstsein für Geschlechterrollen, Erwartungen und stereotypes Verhalten zu schaffen, das oft eine Rolle in der Entstehung von Mobbing und Gewalt spielt. Die Berücksichtigung einer Trauma sensiblen Perspektive unterstützt dabei, prägende Erlebnisse der Betroffenen zu verstehen und sie in der Entwicklung von gesunden, gewaltfreien Verhaltensmustern zu fördern.

In diesem Kontext wird das Thema Geschlechterrollen als eine grundlegende Kategorie behandelt, die in der Sozialisation und Entwicklung von Menschen eine große Rolle spielt. Häufig werden traditionelle Rollenbilder durch soziale und mediale Einflüsse verstärkt, was dazu führen kann, dass bestimmte Verhaltensweisen bei Jungen* und Mädchen* unterschiedlich interpretiert und bewertet werden. Diese Unterschiede haben oft weitreichende Konsequenzen für das Verhalten und den Umgang miteinander. In der Präventionsarbeit ist es daher wichtig,



stereotype Geschlechterrollen kritisch zu reflektieren und alternative, vielfältige Identitätskonzepte zu fördern. Ein geschlechtersensibles Bewusstsein hilft dabei, Verständnis für unterschiedliche Sichtweisen zu entwickeln und trägt zur Deeskalation und Prävention von Konflikten bei.

Ein wesentlicher Bestandteil dieses Konzepts ist auch die Trauma sensible Arbeit, die auf die individuellen Erfahrungen und die oft verborgenen Auswirkungen von traumatischen Erlebnissen eingeht. Kinder und Jugendliche, die Gewalt oder Mobbing erlebt haben, tragen oft tiefe emotionale Verletzungen in sich, die ihr Verhalten beeinflussen und ihre Fähigkeit zur Konfliktbewältigung beeinträchtigen können. Trauma sensible Ansätze setzen auf Verständnis, Geduld und eine respektvolle Begleitung, um langfristige Resilienz zu fördern und Betroffenen zu helfen, ihre Erfahrungen zu verarbeiten. Im Zusammenhang mit Gewaltprävention bedeutet dies, dass man nicht nur auf das sichtbare Verhalten reagiert, sondern auch die tiefer liegenden Ursachen und Trigger berücksichtigt, um nachhaltige Lösungen zu schaffen.



Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG.....	5
BEDEUTUNG VON GEWALT- UND MOBBINGPRÄVENTION	5
DEFINITION UND FORMEN VON GEWALT UND MOBBING	5
MOBBING: URSACHEN UND DYNAMIKEN.....	7
RELEVANZ EINER GESCHLECHTER- UND TRAUMASENSIBLEN PERSPEKTIVE	8
EINFLUSS VON SOZIALEN UND MEDIALEN ROLLENBILDERN	9
BEDEUTUNG UND WIRKUNG VON GESCHLECHTERROLLEN IN DER PRÄVENTIONSARBEIT.....	11
TRAUMA UND TRAUMASENSIBLE ARBEIT.....	12
GRUNDLAGEN DER TRAUMAPÄDAGOGIK.....	13
AUSWIRKUNGEN VON TRAUMATA AUF VERHALTEN UND BINDUNG.....	15
GESCHLECHTERSENSIBLE PRÄVENTIONSMAßNAHMEN	17
ZIELE UND ANSATZPUNKTE DER GESCHLECHTERSENSIBLEN PRÄVENTIONSARBEIT	17
KERNMAßNAHMEN ZUR FÖRDERUNG VIELFÄLTIGER IDENTITÄTSKONZEPTE UND VORBILDER.....	17
ANALYSE DER ZIELGRUPPEN UND RAHMENBEDINGUNGEN	18
IDENTIFIKATION RELEVANTER ZIELGRUPPEN: KINDER, JUGENDLICHE, FACHKRÄFTE.....	18
ANALYSE DER SPEZIFISCHEN BEDÜRFNISSE UND HERAUSFORDERUNGEN	20
RAHMENBEDINGUNGEN IN DER ARBEIT MIT TRAUMATISIERTEN UND GEWALTERFAHRENDEN ZIELGRUPPEN	21
HERAUSFORDERUNGEN BEI DER ARBEIT MIT STEREOTYPEN GESCHLECHTERBILDERN UND TRAUMATISIERTEN MENSCHEN	22
INTERVENTIONSSTRATEGIE.....	23
PHASE 1: SENSIBILISIERUNG UND SCHULUNG	23
PHASE 2: PRÄVENTION	26
PHASE 3: INTERVENTION	26
SOFORTIGE MAßNAHMEN ZUR INTERVENTION BEI MOBBING UND GEWALT	26
NACHBEREITUNG UND LANGFRISTIGE UNTERSTÜTZUNG	29



INTEGRATION IN DAS SCHULPROGRAMM	29
<u>EVALUATION UND NACHHALTIGKEIT</u>	<u>30</u>
<u>ZEITPLAN.....</u>	<u>31</u>
JANUAR 2025 - JUNI 2025: IMPLEMENTIERUNGSPHASE (1. JAHR)	31
JULI 2025 - JUNI 2026: WEITERFÜHRENDE UMSETZUNG UND NACHHALTIGE INTEGRATION (2. JAHR)	32



Einleitung

Bedeutung von Gewalt- und Mobbingprävention

Gewalt- und Mobbingprävention stellt einen zentralen Baustein in der sozialen Arbeit dar, da Gewalt und Mobbing nicht nur das direkte Umfeld betreffen, sondern tiefgreifende psychische und soziale Auswirkungen auf die Betroffenen haben können. Präventionsarbeit in diesem Bereich ist essenziell, um Menschen jeden Alters – insbesondere Kinder und Jugendliche – in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu stärken und eine Kultur des Respekts, der Toleranz und des Verständnisses zu fördern.

In der sozialen Arbeit wird Gewalt- und Mobbingprävention als proaktive Maßnahme betrachtet, die darauf abzielt, Eskalationen frühzeitig zu verhindern und einen sicheren Raum für alle Beteiligten zu schaffen. Dies umfasst die Förderung sozialer Kompetenzen, die Entwicklung von Konfliktlösungsstrategien und die Stärkung des Selbstbewusstseins. Ziel ist es, nicht nur Verhaltensänderungen bei den Betroffenen anzuregen, sondern auch eine bewusste Auseinandersetzung mit eigenen und gesellschaftlich verankerten Verhaltensmustern zu fördern.

Angesichts der vielfältigen Erscheinungsformen von Gewalt und Mobbing – physisch, psychisch, sozial oder auch strukturell – ist ein umfassender Ansatz erforderlich. Dieser geht über reine Konfliktbewältigung hinaus und integriert geschlechtersensible und traumasensible Perspektiven, um spezifische Ursachen und Risikofaktoren zu adressieren. Solche präventiven Maßnahmen ermöglichen es Fachkräften, gezielt auf die individuellen Erfahrungen und sozialen Hintergründe einzugehen, wodurch das Risiko von Eskalationen und längerfristigen Schäden erheblich reduziert werden kann.

Definition und Formen von Gewalt und Mobbing

Gewalt und Mobbing umfassen eine Vielzahl von Handlungen, die auf Schädigung, Kontrolle oder Ausgrenzung abzielen und das Wohlbefinden, die Integrität und die Rechte der Betroffenen beeinträchtigen können. Eine differenzierte Betrachtung der Definition und Formen von



Gewalt und Mobbing ist wichtig, um wirksame Präventions- und Interventionsmaßnahmen entwickeln zu können.

Gewalt wird allgemein als gezielte Handlung oder unterlassene Hilfeleistung verstanden, die physisches, psychisches, sexuelles oder soziales Leid verursacht. Die Formen von Gewalt lassen sich wie folgt differenzieren:

- **Physische Gewalt:** Tötlichkeiten wie Schläge, Tritte oder andere physische Angriffe, die Schmerzen oder Verletzungen verursachen.
- **Psychische Gewalt:** Verbalattacken, Bedrohungen, Einschüchterungen oder Manipulationen, die das Selbstwertgefühl und die psychische Gesundheit beeinträchtigen.
- **Sexuelle Gewalt:** Handlungen mit sexualisiertem Kontext, die ohne Zustimmung erfolgen und die körperliche sowie seelische Integrität verletzen.
- **Soziale Gewalt:** Formen der Ausgrenzung oder Isolation, die soziale Kontakte und die Teilhabe am sozialen Leben verhindern oder einschränken.
- **Strukturelle Gewalt:** Bezieht sich auf Benachteiligungen und Ungleichbehandlungen, die durch gesellschaftliche Strukturen und Institutionen verursacht werden.

Mobbing ist eine spezifische Form von Gewalt, bei der systematisch und über einen längeren Zeitraum hinweg eine Person durch eine oder mehrere Personen absichtlich schikaniert, ausgegrenzt oder herabgewürdigt wird. Mobbing zeichnet sich durch wiederholtes, aggressives Verhalten aus und umfasst verschiedene Formen:

- **Verbales Mobbing:** Beschimpfungen, Beleidigungen oder Verleumdungen.
- **Soziales Mobbing:** Absichtliches Ausgrenzen, Verbreitung von Gerüchten oder Sabotieren von sozialen Beziehungen.
- **Körperliches Mobbing:** Angriffe, die physisch verletzend sind, wie Schubsen oder Schläge.
- **Cybermobbing:** Über digitale Kanäle wie soziale Medien, Nachrichten oder E-Mails verbreitete Attacken, Diffamierungen oder Drohungen.

Die verschiedenen Formen von Gewalt und Mobbing greifen oft ineinander und beeinflussen sich gegenseitig. Insbesondere im Kontext von geschlechter- und traumasensibler Präventionsarbeit ist es wichtig, die feinen Unterschiede und Überschneidungen dieser Formen zu



verstehen. Eine solche Differenzierung hilft dabei, den komplexen Ursachen und Dynamiken von Gewalt und Mobbing gerecht zu werden und maßgeschneiderte, zielgerichtete Maßnahmen für die Präventions- und Interventionsarbeit zu entwickeln.

Mobbing: Ursachen und Dynamiken

Das Verständnis der Ursachen und Dynamiken von Mobbing ist essenziell, um präventive und intervenierende Maßnahmen effektiv zu gestalten. Mobbing entsteht oft aus einem komplexen Zusammenspiel individueller, sozialer und struktureller Faktoren, die bestimmte Verhaltensmuster begünstigen und verstärken können. Die Kenntnis dieser Faktoren hilft dabei, die Motive hinter Mobbinghandlungen zu erkennen und gezielt auf die Bedürfnisse und Herausforderungen der beteiligten Personen einzugehen.

Ursachen von Mobbing lassen sich in verschiedene Bereiche einteilen:

- **Individuelle Faktoren:** Persönliche Unsicherheiten, niedrige Selbstwertgefühle und die Unfähigkeit, Konflikte konstruktiv zu lösen, können dazu führen, dass eine Person Mobbing als Mittel nutzt, um das eigene Selbstwertgefühl zu stärken oder soziale Anerkennung zu erlangen. Auch Traumata und andere belastende Erfahrungen können ein Risikofaktor sein, da sie das Sozialverhalten beeinflussen.
- **Soziale und gruppendynamische Faktoren:** In Gruppen entsteht oft ein starkes Bedürfnis nach Zugehörigkeit und sozialer Hierarchie. Mobbing kann ein Mittel sein, um Gruppenzugehörigkeit zu definieren und Hierarchien aufrechtzuerhalten. Jugendliche, die in der Gruppe als "anders" oder "schwach" wahrgenommen werden, laufen Gefahr, zur Zielscheibe zu werden. Gruppendynamiken können Mobbing verstärken, indem die Gruppe das Verhalten aktiv unterstützt oder passiv toleriert.
- **Kulturelle und gesellschaftliche Faktoren:** Gesellschaftliche Normen und Rollenbilder können Mobbing fördern, wenn etwa Geschlechterstereotype oder bestimmte Verhaltensweisen als akzeptabel oder sogar erstrebenswert gelten. Kulturelle Erwartungen, die Aggressivität als „männlich“ oder soziale Manipulation als „weiblich“ darstellen, beeinflussen häufig die Art und Weise, wie Mobbing ausgeübt wird.



Dynamiken von Mobbing beschreiben die Prozesse und Mechanismen, die Mobbinghandlungen aufrechterhalten und verstärken. Diese Dynamiken beinhalten:

- **Rollenverteilung in der Mobbingssituation:** In einem Mobbingprozess nehmen verschiedene Gruppenmitglieder spezifische Rollen ein – Täterinnen, Mitläuferinnen, Zuschauer*innen und das Opfer. Jede dieser Rollen trägt zur Dynamik bei, und die passive Zustimmung oder das Schweigen von Zuschauenden kann das Mobbing weiter verstärken.
- **Eskalationsmuster:** Mobbing beginnt oft subtil, kann jedoch durch ständige Wiederholung und wachsende Intensität eskalieren. Dies kann das Opfer in einen Zustand der Isolation und Hilflosigkeit treiben, was die psychischen und sozialen Folgen verstärkt.
- **Spirale der Ausgrenzung:** Mobbing führt häufig dazu, dass sich das Opfer immer mehr zurückzieht und in der Gruppe isoliert wird. Dieser Rückzug bestätigt in den Augen der Mobber*innen und der Gruppe das negative Bild des Opfers und führt zu einer Spirale der Ausgrenzung.

Durch die Analyse der Ursachen und Dynamiken von Mobbing wird es möglich, gezielte Präventionsstrategien zu entwickeln, die auf die individuellen und sozialen Bedürfnisse von Jugendlichen eingehen. Maßnahmen wie Rollenspiele, Diskussionen und Sensibilisierungsworkshops helfen dabei, ein tieferes Verständnis für die Ursachen und Folgen von Mobbing zu schaffen und Verhaltensalternativen zu fördern. Ziel ist es, Mobbingprozesse frühzeitig zu erkennen und eine Kultur des Respekts, der Empathie und der Unterstützung zu etablieren, die Mobbing keinen Raum bietet.

Relevanz einer geschlechter- und traumasensiblen Perspektive

Die Einbindung einer geschlechter- und traumasensiblen Perspektive in die Gewalt- und Mobbingprävention ist essenziell, da Gewalt- und Mobbing Erfahrungen eng mit individuellen, oft geschlechtsspezifischen Erlebnissen und möglichen traumatischen Vorerfahrungen verknüpft sein können. Diese Perspektive ermöglicht es, sowohl die zugrunde liegenden Ursachen als auch die spezifischen Auswirkungen solcher Erfahrungen auf das Verhalten und die Bedürfnisse der Betroffenen besser zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren.



Eine **geschlechtersensible Perspektive** berücksichtigt, dass Geschlechterrollen und stereotype Erwartungen oft das Verhalten und die soziale Wahrnehmung von Individuen beeinflussen. Traditionelle Rollenbilder können dazu führen, dass Gewalt unterschiedlich wahrgenommen und behandelt wird: Zum Beispiel werden Aggressionen bei Jungen* oft anders bewertet als bei Mädchen*, was deren soziale Dynamiken beeinflusst. In der Präventionsarbeit geht es daher darum, stereotype Geschlechterrollen kritisch zu hinterfragen und eine Umgebung zu schaffen, die die Vielfalt von Identitäten respektiert und stärkt. Dies fördert ein Bewusstsein für alternative Handlungsmöglichkeiten und hilft, ein Umfeld zu schaffen, in dem sich Menschen unabhängig von geschlechtlichen Erwartungen entfalten können.

Die **traumasensible Perspektive** nimmt Rücksicht auf die emotionalen und psychologischen Auswirkungen von traumatischen Erlebnissen. Kinder und Jugendliche, die Gewalt, Krieg, Flucht, Missbrauch oder chronische Vernachlässigung erlebt haben, tragen häufig unsichtbare Wunden, die ihre Wahrnehmung, ihr Verhalten und ihre Fähigkeit, mit Konflikten umzugehen, beeinflussen können. Eine traumasensible Haltung erkennt an, dass Verhaltensweisen oft Ausdruck innerer Verletzungen und Überlebensstrategien sind. Anstatt direkt auf das Verhalten zu reagieren, bietet eine traumasensible Präventionsarbeit sichere, stabilisierende Maßnahmen, die den Betroffenen ermöglichen, Vertrauen aufzubauen und gesunde Bindungen zu entwickeln. Solche Maßnahmen fördern langfristig Resilienz und schaffen eine Grundlage für ein gewaltfreies Miteinander.

Einfluss von sozialen und medialen Rollenbildern

Soziale und mediale Rollenbilder prägen die Vorstellungen davon, wie sich Menschen gemäß ihrem Geschlecht verhalten, aussehen und fühlen sollten. Diese Bilder sind oft in kulturellen Normen und Erwartungen verwurzelt und werden durch verschiedene Medien, wie Filme, Fernsehen, soziale Netzwerke und Werbung, verstärkt. Für Jugendliche, die sich in einer entscheidenden Entwicklungsphase befinden, haben solche Rollenbilder einen besonders starken



Einfluss auf ihr Selbstbild und ihre Wahrnehmung davon, was „typisch“ männlich oder weiblich ist.

Soziale Rollenbilder werden durch das direkte Umfeld – Familie, Freundeskreis, Schule und andere Institutionen – vermittelt und reflektieren oft die Normen und Werte der jeweiligen Kultur. In vielen Fällen wird erwartet, dass Jungen Stärke, Durchsetzungsvermögen und Rationalität zeigen, während Mädchen Empathie, Anpassungsfähigkeit und Emotionalität zugeschrieben werden. Diese Erwartungen beeinflussen das Verhalten und die sozialen Interaktionen der Jugendlichen, da sie häufig versuchen, diesen Vorgaben zu entsprechen, um Anerkennung und Zugehörigkeit zu erlangen.

Mediale Rollenbilder verstärken diese traditionellen Geschlechterrollen und Stereotype häufig weiter. In der Popkultur, sozialen Medien und Werbung werden „männliche“ und „weibliche“ Attribute oft auf eine idealisierte und stereotype Weise dargestellt. Männer und Jungen werden in den Medien häufig als stark, mutig und unabhängig inszeniert, während Frauen und Mädchen als fürsorglich, hübsch und emotional dargestellt werden. Soziale Medien, die von Jugendlichen intensiv genutzt werden, vermitteln häufig stark normierte Bilder davon, wie ein bestimmtes Geschlecht „aussehen“ oder sich „verhalten“ sollte, was einen erheblichen Druck erzeugen kann, diesen Idealen zu entsprechen.

Der Einfluss dieser Rollenbilder zeigt sich besonders in der Art und Weise, wie Jugendliche Konflikte wahrnehmen und austragen. Mädchen fühlen sich oft dazu verpflichtet, sozial akzeptabel und indirekt vorzugehen, was soziale Ausgrenzung oder Cybermobbing fördern kann. Jungen hingegen tendieren eher zu direkter, körperlicher Aggression, da Stärke und Durchsetzungsvermögen mit Männlichkeit assoziiert werden. Diese stereotype Einteilung schränkt die Entwicklung der individuellen Persönlichkeit ein und verstärkt häufig Konflikte, die auf Rollenerwartungen beruhen.

In der Präventionsarbeit ist es daher wichtig, Jugendliche für die Auswirkungen sozialer und medialer Rollenbilder zu sensibilisieren. Workshops und Diskussionsrunden können helfen, diese Rollenbilder zu reflektieren und deren Einfluss auf das eigene Verhalten und Selbstbild zu hinterfragen. Ziel ist es, den Jugendlichen zu vermitteln, dass sie nicht auf stereotype Rollenbilder beschränkt sind und dass es legitim ist, sich individuell zu entfalten. Durch die



Förderung eines kritischen Umgangs mit medialen und sozialen Rollenbildern können Jugendliche ermutigt werden, sich unabhängig von vorgegebenen Geschlechterstereotypen zu entwickeln und respektvolle, authentische Beziehungen zu anderen aufzubauen.

Bedeutung und Wirkung von Geschlechterrollen in der Präventionsarbeit

Die Bedeutung von Geschlechterrollen in der Präventionsarbeit liegt darin, dass diese Rollen tief verwurzelte, oft unbewusste Verhaltensmuster und Erwartungen schaffen, die das soziale Miteinander und die Konfliktdynamik beeinflussen. Geschlechterrollen prägen, wie Jugendliche sich selbst und andere wahrnehmen, und bestimmen oft, wie sie sich in Konfliktsituationen verhalten und wie sie auf Konflikte reagieren. Die Wirkung dieser Rollen kann sowohl direkte als auch subtile Formen von Gewalt und Mobbing verstärken, da stereotype Erwartungen oft die Ausdrucksmöglichkeiten der Jugendlichen einschränken und ein starkes Bedürfnis nach sozialer Akzeptanz erzeugen.

In der Präventionsarbeit wird die Auseinandersetzung mit Geschlechterrollen genutzt, um Jugendlichen die Möglichkeit zu geben, stereotype Erwartungen kritisch zu hinterfragen und alternative Verhaltensmuster zu entwickeln. Wenn stereotype Rollenbilder dominieren, sind Jugendliche oft gezwungen, sich auf bestimmte, gesellschaftlich vorgegebene Weisen zu verhalten. So wird beispielsweise von Jungen erwartet, dass sie Stärke und Durchsetzungsvermögen zeigen, was ihre Bereitschaft zur Konfliktlösung beeinträchtigen kann. Mädchen hingegen erleben oft den Druck, harmonisch und zurückhaltend zu sein, was dazu führen kann, dass sie Konflikte indirekt austragen und über subtile Formen der sozialen Ausgrenzung lösen.

Diese festgelegten Rollenerwartungen haben einen erheblichen Einfluss auf die Art und Weise, wie Gewalt und Mobbing ausgeübt und erlebt werden. Geschlechterrollen können dazu führen, dass bestimmte Verhaltensweisen entweder toleriert oder verurteilt werden, was die Dynamik in Gruppen beeinflusst und oft zu einer ungleichen Verteilung von Macht und Einfluss führt. In der Präventionsarbeit ist es daher wichtig, Jugendlichen bewusst zu machen, dass es keine „richtigen“ oder „falschen“ Verhaltensweisen gibt, die an Geschlechterrollen gebunden sind. Indem sie lernen, sich unabhängig von solchen Stereotypen zu definieren, entwickeln sie



ein stärkeres, selbstbestimmtes Selbstbild, das ihnen hilft, gesunde, respektvolle Beziehungen aufzubauen.

Die Wirkung der Arbeit mit Geschlechterrollen in der Prävention zeigt sich in der Förderung von Toleranz, Empathie und einem breiteren Verhaltensrepertoire, das den Jugendlichen mehr Handlungsspielraum in Konfliktsituationen gibt. Präventionsprogramme, die Rollenspiele, Diskussionen und Reflexionseinheiten über Geschlechterrollen beinhalten, helfen den Jugendlichen, sich selbst und ihre Mitmenschen besser zu verstehen und Konflikte jenseits von stereotypen Erwartungen zu lösen. Dadurch tragen sie dazu bei, ein gewaltfreies und respektvolles Miteinander zu fördern und die Entstehung von Mobbing und Gewalt zu verringern.

Trauma und traumasensible Arbeit

Traumatische Erlebnisse haben einen tiefgreifenden Einfluss auf die Entwicklung und das Verhalten von Jugendlichen. Sie können sowohl das emotionale Wohlbefinden als auch die sozialen Fähigkeiten stark beeinträchtigen. Trauma beschreibt ein Erlebnis oder eine Abfolge von Erlebnissen, die eine Person überwältigen und ihre Fähigkeit, mit Stress umzugehen, überfordern. Für Jugendliche, die Gewalt, Missbrauch, Vernachlässigung oder andere belastende Situationen erlebt haben, kann ein Trauma prägende Folgen haben, die sich in ihrem Verhalten und ihrer Wahrnehmung widerspiegeln.

Eine **traumasensible Perspektive** in der Gewalt- und Mobbingprävention erkennt die Auswirkungen von traumatischen Erfahrungen und bietet Methoden, die auf die spezifischen Bedürfnisse traumatisierter Jugendlicher eingehen. Solche Ansätze beruhen auf einem tiefen Verständnis für die emotionalen Verletzungen, die traumatische Erlebnisse hinterlassen, und zielen darauf ab, die Sicherheit, Stabilität und Selbstregulation der Betroffenen zu fördern.

Grundprinzipien der traumasensiblen Arbeit umfassen:

- **Sicherheits- und Stabilitätsförderung:** Für traumatisierte Jugendliche ist ein stabiler und sicherer Rahmen essentiell, um Vertrauen aufzubauen und emotionale Sicherheit zu erleben. In der traumasensiblen Arbeit ist es wichtig, eine ruhige und verlässliche Umgebung zu schaffen, die den Jugendlichen ermöglicht, sich sicher und angenommen zu fühlen.



- **Verständnis für Trauma-Reaktionen:** Traumatische Erfahrungen beeinflussen häufig das Verhalten. So können betroffene Jugendliche beispielsweise durch scheinbar geringe Auslöser stark emotional reagieren, oder sie entwickeln Verhaltensmuster wie Rückzug oder Aggression, um sich selbst zu schützen. Eine traumasensible Haltung versteht diese Reaktionen als Ausdruck tiefer Verletzungen und Überlebensstrategien und begegnet ihnen mit Empathie, ohne das Verhalten vorschnell zu verurteilen.
- **Aufbau von Resilienz und Selbstregulation:** Traumatisierte Jugendliche brauchen Unterstützung bei der Entwicklung von Fähigkeiten, mit starken Emotionen und Stress umzugehen. Techniken zur Selbstregulation, wie Atemübungen, Achtsamkeitstraining oder kreative Ausdrucksformen, können Jugendlichen helfen, ihre Emotionen besser zu steuern und schrittweise innere Stärke zu entwickeln.
- **Förderung von vertrauensvollen Beziehungen:** Viele traumatisierte Jugendliche haben Schwierigkeiten, Vertrauen zu anderen Menschen aufzubauen. Ein wesentlicher Bestandteil der traumasensiblen Arbeit ist daher die Schaffung verlässlicher und stabiler Beziehungen. Durch Empathie, Geduld und konsistente Unterstützung können Fachkräfte eine vertrauensvolle Bindung aufbauen, die den Jugendlichen hilft, soziale Verbindungen aufzubauen und zu stärken.

Durch eine traumasensible Arbeit in der Prävention werden nicht nur die individuellen Bedürfnisse traumatisierter Jugendlicher berücksichtigt, sondern auch präventive Ansätze geschaffen, die das Risiko für Gewalt und Mobbing reduzieren. Traumatisierte Jugendliche, die in einem Umfeld voller Sicherheit und Stabilität Unterstützung finden, entwickeln langfristig Resilienz und die Fähigkeit, gesunde, respektvolle Beziehungen einzugehen. Die traumasensible Perspektive fördert dabei einen ganzheitlichen Ansatz, der darauf abzielt, nicht nur das Verhalten zu verändern, sondern auch die emotionalen Grundlagen für eine nachhaltige und gewaltfreie Entwicklung zu schaffen.

Grundlagen der Traumapädagogik

Die Traumapädagogik beschäftigt sich mit den besonderen Bedürfnissen von Menschen, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, und mit der Schaffung eines sicheren Umfelds, das



Stabilität, Vertrauen und Unterstützung bietet. Sie basiert auf einem tiefen Verständnis dafür, wie traumatische Erlebnisse die emotionale, kognitive und soziale Entwicklung beeinflussen können, und entwickelt daraus spezielle pädagogische Ansätze, um diesen Menschen zu helfen, ihr Selbstvertrauen und ihre Handlungsfähigkeit wiederzuerlangen.

Traumatische Erlebnisse – wie Missbrauch, Vernachlässigung, Gewalt oder Verlust – können zu langanhaltenden Belastungen führen, die das Verhalten, die Wahrnehmung und die zwischenmenschlichen Beziehungen eines Menschen stark beeinflussen. Jugendliche, die solche Erfahrungen gemacht haben, können mit Schwierigkeiten in der Selbstregulation, erhöhtem Misstrauen gegenüber anderen oder vermehrtem Rückzug reagieren. Auch Aggressionen und Konfliktverhalten können Ausdruck dieser inneren Verletzungen sein. Die Traumapädagogik erkennt solche Verhaltensweisen als Überlebensstrategien an und reagiert darauf mit Empathie und Verstehen statt mit Kritik.

Die wichtigsten Prinzipien der Traumapädagogik sind **Sicherheit, Beziehung und Selbstregulation**:

- **Sicherheit:** Für traumatisierte Jugendliche ist ein Gefühl der Sicherheit von zentraler Bedeutung. Traumapädagogische Ansätze schaffen daher eine vorhersehbare und verlässliche Umgebung, die ihnen hilft, Ängste zu reduzieren und ein Gefühl von Stabilität aufzubauen. Rituale, feste Strukturen und klare Regeln unterstützen dieses Sicherheitsgefühl und geben Halt im Alltag.
- **Beziehung:** Vertrauensvolle Beziehungen spielen in der Traumapädagogik eine entscheidende Rolle. Traumatisierte Jugendliche müssen oft erst wieder lernen, anderen zu vertrauen. Pädagogische Fachkräfte agieren daher als verlässliche Bezugspersonen, die geduldig, wertschätzend und respektvoll mit den Jugendlichen umgehen. Durch diese Beziehungserfahrungen können die Jugendlichen langsam Bindungen aufbauen, die ihnen helfen, sich sicher und geborgen zu fühlen.
- **Selbstregulation:** Traumapädagogik fördert die Entwicklung von Fähigkeiten zur Selbstregulation, also die Fähigkeit, eigene Emotionen und Impulse zu kontrollieren und zu steuern. Traumatisierte Jugendliche neigen oft zu extremen Reaktionen auf Stresssituationen; sie benötigen daher Unterstützung, um Strategien zu erlernen, die ihnen



helfen, aufkommende Gefühle wahrzunehmen und zu regulieren. Übungen zur Achtsamkeit, Atemtechniken und Bewegungsübungen sind beispielsweise Methoden, die dabei helfen können.

In der Gewalt- und Mobbingprävention ist die Traumapädagogik von besonderem Wert, da viele Verhaltensmuster im Zusammenhang mit Gewalt und Mobbing traumatische Ursprünge haben können. Ein traumasensibler Ansatz hilft Fachkräften, solche Verhaltensweisen nicht nur als Problemmuster, sondern auch als Ausdruck innerer Verletzungen zu verstehen. Durch die Anwendung traumapädagogischer Prinzipien wird eine Grundlage geschaffen, die es ermöglicht, Jugendlichen mit belastender Vergangenheit nachhaltig zu helfen, ein gesundes und gewaltfreies Sozialverhalten zu entwickeln und eine stabile, selbstbewusste Persönlichkeit zu fördern.

Auswirkungen von Traumata auf Verhalten und Bindung

Traumatische Erlebnisse haben tiefgreifende und oft langanhaltende Auswirkungen auf das Verhalten und die Bindungsfähigkeit von Jugendlichen. Solche Erfahrungen können das Vertrauen in sich selbst und in andere erschüttern und tiefgreifende Veränderungen in der Wahrnehmung, der Emotionsregulation und im sozialen Verhalten hervorrufen. Diese Auswirkungen sind in der Gewalt- und Mobbingprävention besonders relevant, da traumatische Erfahrungen das Risiko für Aggression, soziale Isolation und Schwierigkeiten im Umgang mit Konflikten erhöhen können.

Verhaltensauswirkungen von Traumata zeigen sich häufig in verschiedenen Formen, abhängig von der Art und dem Ausmaß des Traumas sowie der individuellen Resilienz der betroffenen Jugendlichen. Zu den häufigsten Verhaltensweisen zählen:

- **Aggressives oder feindseliges Verhalten:** Jugendliche, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, können Aggressionen entwickeln, die sich als Selbstschutzmechanismus äußern. Oft erleben sie eine Übererregung oder eine ständige Alarmbereitschaft, die dazu führt, dass sie auf kleinere Konflikte übermäßig stark reagieren.
- **Rückzug und soziale Isolation:** Viele traumatisierte Jugendliche ziehen sich aus sozialen Interaktionen zurück, um sich vor weiteren Verletzungen zu schützen. Dieser



Rückzug kann zu einer Spirale der Einsamkeit führen und die Gefahr der sozialen Isolation erhöhen.

- **Schwierigkeiten in der Emotionsregulation:** Traumata beeinträchtigen oft die Fähigkeit, Emotionen zu erkennen und angemessen zu steuern. Dies führt dazu, dass Jugendliche Schwierigkeiten haben, mit Stress, Wut oder Traurigkeit umzugehen, und dass sie manchmal impulsiv oder unverhältnismäßig reagieren.

Bindungsauswirkungen von Traumata betreffen die Fähigkeit der Jugendlichen, stabile, vertrauensvolle Beziehungen zu anderen aufzubauen und zu halten. Traumatische Erfahrungen, insbesondere in Form von Vernachlässigung oder Missbrauch, können das Bindungsverhalten erheblich beeinflussen. Typische Auswirkungen sind:

- **Bindungsängste und Misstrauen:** Traumatisierte Jugendliche haben oft Schwierigkeiten, Vertrauen zu anderen aufzubauen. Sie erleben Beziehungen als unsicher und fürchten, erneut verletzt oder verlassen zu werden, was dazu führen kann, dass sie emotionale Nähe meiden.
- **Ambivalentes oder überangepasstes Verhalten:** Einige Jugendliche zeigen ein ambivalentes Bindungsverhalten, indem sie starke Nähe suchen und gleichzeitig fürchten, verletzt zu werden. Andere passen sich übermäßig an, um Konflikte zu vermeiden und das Wohlbefinden anderer zu sichern.
- **Geringes Selbstwertgefühl:** Traumatische Erfahrungen, insbesondere in der Kindheit, können das Selbstwertgefühl und die Selbstakzeptanz der Betroffenen beeinträchtigen. Ein geringes Selbstwertgefühl beeinflusst das Bindungsverhalten und kann zu Abhängigkeit oder zu einem ständigen Bedürfnis nach Bestätigung führen.

Die Auswirkungen von Traumata auf Verhalten und Bindung sind für die Gewalt- und Mobbingprävention von großer Bedeutung, da sie bestimmte Verhaltensmuster und Beziehungsschwierigkeiten erklären und beeinflussen können. Indem Fachkräfte eine traumasensible Haltung einnehmen, können sie gezielt auf die Bedürfnisse der Jugendlichen eingehen und deren Bindungs- und Emotionsfähigkeiten stärken. Eine traumasensible Präventionsarbeit schafft sichere Räume, in denen traumatisierte Jugendliche lernen, Vertrauen aufzubauen, Emotionen



zu regulieren und stabile, gesunde Beziehungen zu entwickeln, wodurch langfristig das Risiko für Gewalt und Mobbingverhalten reduziert wird.

Geschlechtersensible Präventionsmaßnahmen

In der Präventionsarbeit gegen Gewalt und Mobbing spielt die Reflexion und Dekonstruktion von Geschlechterrollen eine zentrale Rolle. Traditionelle Geschlechterrollenbilder und -erwartungen können problematische Verhaltensmuster verstärken und das Entstehen von Mobbing und Gewalt begünstigen, da sie oft einschränkend wirken und stereotype Vorstellungen fördern. Jungen* und Mädchen* wachsen häufig mit unterschiedlichen Erwartungen an ihr Verhalten auf: Während Jungen* oft zur „Stärke“ und „Härte“ erzogen werden, wird von Mädchen* oft erwartet, sich „emotional“ und „fürsorglich“ zu verhalten. Solche Rollenzuschreibungen können dazu führen, dass Konflikte und Aggressionen unterschiedlich ausgelebt und bewertet werden.

Ziele und Ansatzpunkte der geschlechtersensiblen Präventionsarbeit

Geschlechtersensible Präventionsmaßnahmen zielen darauf ab, traditionelle Geschlechterbilder zu hinterfragen und Alternativen zu fördern, die zu einer offenen, respektvollen und gewaltfreien Interaktion führen. Ziel ist es, die Vielfalt von Identitäten und Ausdrucksformen zu fördern und den Blick für unterschiedliche individuelle Bedürfnisse und Kompetenzen zu öffnen. Kinder und Jugendliche sollen sich nicht durch stereotype Geschlechterrollen eingeschränkt fühlen, sondern stattdessen ermutigt werden, ihre eigenen Interessen und Fähigkeiten frei zu entwickeln.

Kernmaßnahmen zur Förderung vielfältiger Identitätskonzepte und Vorbilder

Reflexion von Geschlechterrollen

Durch Rollenspiele, Gruppendiskussionen und kreative Übungen sollen Kinder und Jugendliche die Möglichkeit erhalten, eigene Vorstellungen von Geschlechterrollen zu reflektieren und kritisch zu hinterfragen. Diese Reflexion ermöglicht ihnen, stereotype Vorstellungen zu erkennen und eine eigene, differenzierte Sichtweise auf Geschlechterrollen zu entwickeln.



Förderung diverser Vorbilder und Identitätsmodelle

Die Präsenz verschiedener, nicht-stereotyper Vorbilder, sei es in Medien, Lernmaterialien oder durch externe Referierende, hilft Kindern und Jugendlichen, alternative Lebenswege und Identitätskonzepte kennenzulernen. Damit wird ihnen vermittelt, dass es viele Möglichkeiten gibt, sein Geschlecht und seine Persönlichkeit auszuleben.

Stärkung individueller Fähigkeiten und Interessen

Ein geschlechtersensibler Ansatz fördert individuelle Stärken und Interessen unabhängig vom Geschlecht. Durch Angebote, die gezielt dazu einladen, vermeintlich „geschlechtsuntypische“ Interessen auszuprobieren (z. B. Technik für Mädchen*, Sozialkompetenzen für Jungen*), wird das Selbstbewusstsein gestärkt und Kindern sowie Jugendlichen die Möglichkeit gegeben, stereotype Rollenmuster zu durchbrechen.

Förderung von Empathie und Kommunikation

Geschlechtersensible Prävention legt Wert darauf, dass alle Beteiligten ihre Kommunikation und Empathiefähigkeit entwickeln. Durch Übungen und Gespräche sollen Jungen* und Mädchen* lernen, eigene Bedürfnisse und Grenzen klar zu artikulieren und die Perspektive anderer zu verstehen. Diese Fähigkeiten tragen maßgeblich dazu bei, Konflikte gewaltfrei zu lösen und Mobbing vorzubeugen.

Inklusion und Vielfalt als Grundlage

Geschlechtersensible Maßnahmen betonen die Wertschätzung von Vielfalt und Inklusion. Dabei wird die gesamte Bandbreite von Geschlechteridentitäten und -ausdrucksformen anerkannt und integriert. Diese Offenheit und Anerkennung von Vielfalt fördern nicht nur eine respektvolle Umgebung, sondern wirken auch präventiv gegen diskriminierende oder gewaltfördernde Verhaltensweisen.

Analyse der Zielgruppen und Rahmenbedingungen

Identifikation relevanter Zielgruppen: Kinder, Jugendliche, Fachkräfte

Um Gewalt- und Mobbingpräventionsmaßnahmen effektiv umzusetzen, ist die genaue Identifikation und Berücksichtigung der unterschiedlichen Zielgruppen entscheidend. Die



Präventionsarbeit richtet sich nicht nur an die betroffenen Kinder und Jugendlichen, sondern schließt auch die Fachkräfte ein, die in Schulen, Lehrbetrieben und sozialen Einrichtungen tätig sind. Jede dieser Gruppen hat spezifische Bedürfnisse und spielt eine besondere Rolle im Präventionsprozess, weshalb die Maßnahmen gezielt auf sie abgestimmt werden müssen.

- **Kinder und Jugendliche:** Diese Zielgruppe umfasst junge Menschen im Alter von etwa 10 bis 18 Jahren, die sich in einer entscheidenden Phase ihrer Persönlichkeits- und Sozialentwicklung befinden. In diesem Alter sind Jugendliche besonders anfällig für Gruppendruck und Identitätsfindung, was sie potenziell verletzlich gegenüber Mobbing und Gewalt macht. Sie benötigen präventive Ansätze, die ihnen helfen, Selbstbewusstsein und soziale Kompetenzen aufzubauen, damit sie sich sicher und respektvoll in Gruppen bewegen können. Zudem ist es wichtig, ihnen Wissen und Werkzeuge an die Hand zu geben, um Konflikte konstruktiv zu lösen und die Dynamiken von Gewalt und Mobbing zu erkennen und zu verhindern.
- **Fachkräfte in Schulen, Lehrbetrieben und sozialen Einrichtungen:** Lehrkräfte, Ausbilder*innen, Sozialarbeiter*innen und Betreuer*innen sind maßgebliche Akteur*innen in der Gewalt- und Mobbingprävention. Sie nehmen eine Schlüsselrolle ein, da sie oft als erste Ansprechpersonen für Jugendliche fungieren und ein vertrauensvolles Umfeld schaffen können. Fachkräfte benötigen spezifische Schulungen und Werkzeuge, um sowohl präventiv als auch intervenierend handeln zu können. Ein fundiertes Verständnis für geschlechtersensible und traumasensible Ansätze ist für sie besonders wichtig, da sie so gezielter auf individuelle Bedürfnisse der Jugendlichen eingehen und eine empathische, unterstützende Haltung einnehmen können.

Die gezielte Ansprache beider Gruppen fördert ein umfassendes Präventionsumfeld, in dem Kinder und Jugendliche sich sicher und respektiert fühlen und die Fachkräfte kompetent und sensibel auf ihre Bedürfnisse eingehen können. Die Identifikation und das gezielte Einbeziehen dieser Zielgruppen schafft die Voraussetzung dafür, dass Präventionsmaßnahmen langfristig erfolgreich sind und zu einem friedlicheren, respektvollen Miteinander beitragen.



Analyse der spezifischen Bedürfnisse und Herausforderungen

Bei der Analyse der spezifischen Bedürfnisse und Herausforderungen geht es darum, die unterschiedlichen Anforderungen und Lebensrealitäten der Zielgruppen zu verstehen, um gezielt auf ihre Bedürfnisse eingehen zu können. Kinder und Jugendliche, die mit Mobbing oder Gewalt konfrontiert sind, bringen jeweils individuelle Erfahrungen, Hintergründe und Vulnerabilitäten mit. Diese müssen in der Arbeit mit ihnen berücksichtigt werden, um eine wirkungsvolle und nachhaltige Präventionsarbeit zu leisten.

Die spezifischen Bedürfnisse der Zielgruppen lassen sich in mehrere Dimensionen unterteilen:

- **Alter und Entwicklungsstufe:** Das Alter und die jeweilige Entwicklungsphase beeinflussen maßgeblich, wie Gewalt und Mobbing wahrgenommen und verarbeitet werden. Jüngere Kinder benötigen andere Ansätze und Methoden als Jugendliche, die sich bereits intensiver mit Identitätsfragen und sozialen Beziehungen auseinandersetzen.
- **Geschlechterrollen und -erwartungen:** Kinder und Jugendliche sind oftmals von gesellschaftlichen Geschlechterrollen und -stereotypen beeinflusst, die ihre Wahrnehmung von sich selbst und anderen sowie ihr Verhalten in Konfliktsituationen prägen. Jungen und Mädchen, die traditionelle Geschlechterrollen erfüllen oder hinterfragen, bringen unterschiedliche Herausforderungen mit, die in einer geschlechtersensiblen Präventionsarbeit reflektiert werden müssen.
- **Traumatische Erfahrungen:** Betroffene, die Gewalt oder Mobbing erfahren haben, tragen oft unverarbeitete traumatische Erlebnisse in sich. Diese Erfahrungen können sich auf das Selbstwertgefühl, das Vertrauen in andere und die Konfliktfähigkeit auswirken. Eine traumasensible Vorgehensweise ist hier erforderlich, um re-traumatisierende Effekte zu vermeiden und gezielte Unterstützung zu bieten.
- **Soziale und kulturelle Hintergründe:** Kinder und Jugendliche kommen aus unterschiedlichen sozialen, kulturellen und familiären Umfeldern, die ihre Sicht auf Konflikte und Gewalt prägen. Einige Zielgruppen können durch soziale Isolation oder Ausgrenzung zusätzlich gefährdet sein und benötigen besondere Aufmerksamkeit in der Präventionsarbeit.



Diese Herausforderungen verdeutlichen, dass präventive Maßnahmen individuell angepasst werden müssen. Die Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen erfordert daher eine sorgfältige Analyse der jeweiligen Bedürfnisse und eine differenzierte Herangehensweise, um sicherzustellen, dass alle Beteiligten erreicht und optimal unterstützt werden.

Rahmenbedingungen in der Arbeit mit traumatisierten und gewalterfahrenen Zielgruppen

In der Arbeit mit traumatisierten und gewalterfahrenen Zielgruppen sind spezifische Rahmenbedingungen entscheidend, um eine sichere und unterstützende Umgebung zu schaffen, die langfristige Heilungs- und Entwicklungsprozesse ermöglicht. Diese Zielgruppen bringen oft komplexe, belastende Erlebnisse mit, die ihr Verhalten und ihre emotionalen Reaktionen beeinflussen. Daher müssen Fachkräfte besonders achtsam und sensibel agieren, um retraumatisierende Erlebnisse zu vermeiden und Stabilität zu fördern.

Traumasesensibles Setting

Ein wesentliches Merkmal der Rahmenbedingungen ist die Schaffung eines traumasensiblen Settings, in dem Sicherheit, Vertrauen und Vorhersehbarkeit im Vordergrund stehen. Kinder und Jugendliche, die Gewalt erfahren haben, fühlen sich oft in ihrer Fähigkeit, der Umwelt zu vertrauen, verunsichert. Ein stabiles und klar strukturiertes Umfeld, in dem Abläufe transparent und wiederkehrend sind, trägt dazu bei, Sicherheit zu vermitteln und unkontrollierte Reaktionen zu reduzieren.

Personelle und strukturelle Voraussetzungen

Die Fachkräfte, die mit traumatisierten Zielgruppen arbeiten, benötigen spezifisches Wissen über die Auswirkungen von Trauma und über traumasensible Methoden. Regelmäßige Fortbildungen und Schulungen sind wichtig, um ihre Kompetenzen in diesem Bereich aufrechtzuerhalten und zu erweitern. Zudem sollten die Arbeitszeiten und Personalschlüssel so gestaltet sein, dass ausreichend Zeit für vertrauensvolle Beziehungsarbeit und die Bearbeitung belastender Themen bleibt. Auch Supervision und kollegiale Beratung sind essenzielle Rahmenbedingungen, um die emotionale Belastung der Fachkräfte abzufangen und die Qualität der Arbeit zu gewährleisten.



Interdisziplinäre Zusammenarbeit

In der Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist oft die Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachdisziplinen notwendig, beispielsweise mit Psycholog*innen, Sozialarbeiter*innen und Therapeut*innen. Eine enge Abstimmung und klare Kommunikation zwischen den beteiligten Professionen ermöglichen es, die individuellen Bedürfnisse der Betroffenen ganzheitlich und umfassend zu berücksichtigen. Interdisziplinäre Teams können gemeinsam gezielte Strategien entwickeln, die den Betroffenen Stabilität und Schutz bieten.

Räumliche Gestaltung und materielle Ressourcen

Ein weiterer Aspekt der Rahmenbedingungen ist die Gestaltung der Räumlichkeiten. Traumatisierte Menschen benötigen Räume, die Geborgenheit und Ruhe ausstrahlen, ohne überflüssige Reize und in einem ansprechenden, strukturierten Design. Geeignet sind Räume, die sowohl Rückzugsmöglichkeiten bieten als auch Schutz durch Übersichtlichkeit und Verlässlichkeit vermitteln. Die Bereitstellung von Materialien wie Decken, weichen Sitzgelegenheiten oder auch von spieltherapeutischem Zubehör kann eine beruhigende Wirkung haben und Sicherheit vermitteln.

Herausforderungen bei der Arbeit mit stereotypen Geschlechterbildern und traumatisierten Menschen

In der Präventionsarbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen stellen stereotype Geschlechterbilder und traumatische Erfahrungen spezifische Herausforderungen dar, die es zu berücksichtigen gilt. Stereotype Rollenbilder sind tief in der Gesellschaft verankert und prägen die Art und Weise, wie Menschen sich selbst und andere wahrnehmen. Diese Bilder wirken sich auf Verhaltensweisen, Konfliktlösungen und Beziehungen aus und können den Weg zur Gewalt- und Mobbingprävention erschweren. Vor allem junge Menschen erleben oft Druck, sich diesen Rollenbildern anzupassen, was ihr Selbstbild und ihre soziale Interaktion beeinflussen kann.

In diesem Zusammenhang liegt eine Herausforderung darin, starre Geschlechternormen aufzulösen und alternative Perspektiven zu vermitteln, die Vielfalt und Flexibilität in der persönlichen Entwicklung fördern. Da stereotypische Geschlechterrollen oft unbewusst übernommen



werden, ist es wichtig, Raum für Reflexion und kritisches Hinterfragen zu schaffen, ohne die Betroffenen dabei zu überfordern oder zu verunsichern.

Zusätzlich erschweren traumatische Erfahrungen die Präventionsarbeit, da diese oft tieferliegende emotionale Verletzungen und Schutzmechanismen zur Folge haben, die sich in Reaktionen wie Rückzug, Aggression oder Misstrauen ausdrücken können. Traumatisierte Personen erleben häufig ein erhöhtes Stressniveau und Schwierigkeiten bei der emotionalen Selbstregulation, was ihre Teilnahme an präventiven Maßnahmen erschweren kann. Der Umgang mit Betroffenen erfordert daher Geduld, Empathie und den Einsatz traumasensibler Methoden, die auf Stabilität und Sicherheit fokussieren.

Eine zentrale Herausforderung besteht darin, die geschlechterspezifischen Aspekte von Traumata zu erkennen, da sich traumatische Erfahrungen und deren Bewältigung oft geschlechtsspezifisch unterscheiden. Jungen* und Männer* neigen möglicherweise dazu, emotionale Verletzungen durch vermehrte Aggression auszudrücken, während Mädchen* und Frauen* eher dazu neigen, sich zurückzuziehen oder Schuldgefühle zu entwickeln. Diese geschlechtersensiblen Dynamiken sollten in der Präventionsarbeit berücksichtigt werden, um passende Unterstützung anzubieten, die auf individuelle Bedürfnisse und Erfahrungen eingeht.

Interventionsstrategie

Phase 1: Sensibilisierung und Schulung

Workshops für Lehrkräfte

Die Workshops für Lehrkräfte zielen darauf ab, das Bewusstsein und das Verständnis für Mobbing, Gewalt und deren Auswirkungen auf Schüler*innen zu schärfen. Lehrkräfte sollen in der Lage sein, eine traumapädagogische Haltung einzunehmen, die Prodema-Methode anzuwenden und Mediationstechniken in ihren Unterricht und ihre Interaktionen mit Schüler*innen zu integrieren.

Inhalte der Workshops:



- **Einführung in Mobbing und Gewalt**
 - Definitionen und Formen von Mobbing (z.B. direktes Mobbing, Cybermobbing).
 - Erkennen von Gewalt in unterschiedlichen Kontexten (physisch, verbal, psychisch).
 - Statistische Daten und Fallbeispiele zur Veranschaulichung der Problematik.
- **Traumapädagogik**
 - Grundlagen der Traumapädagogik: Verständnis für die Auswirkungen von Trauma auf das Verhalten und die Lernfähigkeit von Kindern.
 - Prinzipien der Sicherheit, Stabilität und Unterstützung im schulischen Umfeld.
 - Strategien zur Schaffung eines positiven und sicheren Klassenklimas.
 - Praktische Übungen zur Selbstreflexion über die eigene Haltung und den Umgang mit betroffenen Schüler*innen.
- **Prodema-Methode**
 - Einführung in die Prodema-Methode: Fokus auf emotionale Intelligenz, soziale Kompetenzen und Teamarbeit.
 - Praktische Anwendungen: Rollenspiele, Gruppenarbeiten und andere interaktive Übungen, die die Prinzipien der Methode verdeutlichen.
 - Entwicklung von Materialien und Methoden, die Lehrkräfte im Unterricht einsetzen können, um soziale Interaktionen zu fördern und die Teamfähigkeit der Schüler*innen zu stärken.
- **Mediationstechniken**
 - Grundlagen der Mediation: Ziele, Phasen und Prinzipien der Konfliktlösung.
 - Schulung in Kommunikationsfähigkeiten: Aktives Zuhören, mediatives Handeln, Empathie und wertschätzende Kommunikation.



- Praktische Übungen zur Durchführung von Mediation in Konfliktsituationen zwischen Schüler*innen.
- Rollenspiele zur Veranschaulichung von Mediationsprozessen und zur Anwendung in der Schulrealität.
- **Integration in den Schulalltag**
 - Entwicklung von individuellen Aktionsplänen: Wie können die erlernten Konzepte und Methoden im eigenen Unterricht umgesetzt werden?
 - Austausch von Best Practices: Lehrkräfte teilen ihre Erfahrungen und Ideen zur Umsetzung von Mobbingprävention und Gewaltvermeidung.
 - Erstellung von Ressourcen und Materialien, die Lehrkräfte in ihrem Schulalltag unterstützen.

Methodik

Interaktive Workshops

Der Workshop wird durch interaktive Elemente wie Diskussionen, Gruppenarbeiten und Rollenspiele gestaltet, um die Lehrkräfte aktiv einzubeziehen und das Gelernte direkt anzuwenden.

Fallstudien

Analyse von realen Fällen aus dem Schulalltag, um den praktischen Bezug zu stärken.

Feedback-Runden

Regelmäßige Feedback-Runden ermöglichen es den Teilnehmenden, ihre Erfahrungen zu reflektieren und weitere Fragen zu klären.

Dauer und Durchführung

Die Workshops können über mehrere Tage verteilt oder als eintägige Veranstaltungen organisiert werden, je nach Bedarf und Verfügbarkeit der Lehrkräfte. Externe Fachkräfte, wie Psycholog*innen oder Trainer*innen, können als Refierende eingeladen werden, um das Wissen zu vertiefen und verschiedene Perspektiven einzubringen. Durch diese gezielten Workshops sollen die Lehrkräfte nicht nur geschult, sondern auch motiviert werden, eine aktive Rolle in der Mobbingprävention und Gewaltvermeidung zu übernehmen. Dies trägt zur Schaffung eines sicheren und respektvollen Schulumfeldes bei.



Schülerworkshops

Altersgerechte Sensibilisierungsveranstaltungen zu Mobbing und Gewalt, Emotionen und Empathie.

Elternabende

Informationen über die Bedeutung der Thematik und der Methoden, um eine gemeinsame Haltung zu fördern.

Phase 2: Prävention

Schaffung eines positiven Schulklimas

Implementierung von Regeln und Verhaltensnormen, die Respekt und Wertschätzung betonen.

Peer-Mediation-Programme

Auswahl und Schulung von Schüler*innen als Mediatoren, um Konflikte zwischen Gleichaltrigen zu lösen.

Klassenzimmerprojekte

Durchführung von Projekten, die Teamarbeit und soziale Kompetenzen fördern, z.B. durch die Prodema-Methode.

Phase 3: Intervention

Sofortige Maßnahmen zur Intervention bei Mobbing und Gewalt

1. Schnelle Identifikation und Meldung

Beobachtung und Sensibilisierung

Lehrkräfte und Schulpersonal sollten regelmäßig geschult werden, um Mobbing- und Gewaltsituationen schnell zu erkennen. Dazu gehören Schulungen zur Sensibilisierung für Verhaltensänderungen bei Schüler*innen.



Meldesystem

Ein anonymes Meldesystem wird eingerichtet, über das Schüler*innen, Eltern und Mitarbeitende Vorfälle von Mobbing oder Gewalt schnell und unkompliziert melden können.

2. Erstgespräch mit dem Betroffenen

Einzelgespräch

Sobald ein Vorfall gemeldet wird, sollte ein Erstgespräch mit dem betroffenen Schüler oder der betroffenen Schülerin stattfinden. Dies sollte zeitnah erfolgen und in einem geschützten Rahmen geschehen, um Sicherheit zu gewährleisten.

Empathisches Zuhören

Die Lehrkraft oder Vertrauensperson sollte aktiv zuhören, die Erfahrungen des Kindes ernst nehmen und einfühlsame Rückmeldungen geben.

3. Sofortige Maßnahmen zum Schutz

Schutz der betroffenen Schüler*innen

In akuten Situationen, in denen eine direkte Gefahr besteht, sollten Schutzmaßnahmen ergriffen werden, z.B. durch räumliche Trennung der Beteiligten oder die Einbeziehung von Schulsozialarbeiter*innen.

Einschaltung der Schulleitung

Bei schwerwiegenden Vorfällen ist es wichtig, die Schulleitung umgehend zu informieren, um geeignete weitere Schritte zu besprechen.

4. Einberufung eines Krisenteams

Bildung eines Krisenteams



Ein interdisziplinäres Team aus Lehrkräften, Schulpsycholog*innen und Sozialarbeiter*innen wird gebildet, um die Situation schnell zu bewerten und gezielte Maßnahmen zu planen.

Sofortige Reflexion

Das Team sollte zeitnah zusammenkommen, um die Situation zu besprechen und Strategien zur Unterstützung der betroffenen Schüler*innen und zur Lösung des Konflikts zu entwickeln.

5. Mediation als Sofortmaßnahme

Sofortige Mediation

Falls die Situation es zulässt, kann eine sofortige Mediation zwischen den beteiligten Schüler*innen angestoßen werden. Hierbei wird ein*e geschulte*r Mediator*in eingesetzt, welche neutral bleibt und die Schüler*innen bei der Lösung ihres Konflikts unterstützt.

Strukturierte Gesprächsführung

Die Mediation sollte klar strukturiert sein, um den Schüler*innen einen sicheren Rahmen zu bieten, in dem sie ihre Sichtweisen äußern können.

6. Information und Unterstützung für Lehrkräfte

Lehrkräfte informieren

Nach einem Vorfall sollte das gesamte Lehrerkollegium über die Situation informiert werden, ohne die Privatsphäre der betroffenen Schüler*innen zu verletzen. Dies sorgt dafür, dass alle Lehrer*innen sensibilisiert sind und auf ähnliche Situationen achten.

Unterstützungsangebote für Lehrkräfte

Lehrkräfte, die mit Mobbing- oder Gewaltvorfällen konfrontiert sind, sollten Zugang zu Ressourcen und Unterstützung erhalten, um ihre eigene Belastung zu bewältigen.



7. Elterninformation

Schnelle Benachrichtigung der Eltern

Die Eltern der betroffenen Schüler*innen sollten schnellstmöglich informiert werden, um Transparenz zu schaffen und ihre Unterstützung einzubeziehen.

Elternabende

Nach einem Vorfall könnten Elternabende organisiert werden, um über Mobbing, Gewalt und Präventionsstrategien zu informieren und die Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus zu stärken.

[Nachbereitung und langfristige Unterstützung](#)

Follow-up-Gespräche

Nach der Mediation sind regelmäßige Follow-up-Gespräche mit den betroffenen Schüler*innen und möglicherweise auch mit deren Eltern wichtig, um den Fortschritt zu überprüfen und gegebenenfalls weitere Unterstützung anzubieten.

Evaluation der Intervention

Das Schulpersonal bewertet die Intervention und deren Auswirkungen auf das Klassenklima und das Verhalten der Schüler*innen. Dies kann durch Feedbackgespräche oder anonymisierte Umfragen geschehen.

[Integration in das Schulprogramm](#)

Langfristige Prävention

Die Intervention sollte nicht isoliert betrachtet werden, sondern Teil eines umfassenden Programms zur Mobbing- und Gewaltprävention in der Schule sein. Dazu gehören regelmäßige



Workshops für Lehrkräfte, Schüler*innen und Eltern sowie die Implementierung von Peer-Mediation-Programmen und regelmäßigen Reflexionen im Klassenzimmer.

Evaluation und Nachhaltigkeit

Feedback-Systeme

Regelmäßige Rückmeldungen von Schüler*innen, Lehrkräften und Eltern zur Wirksamkeit der Interventionen.

Fortlaufende Schulungen

Regelmäßige Fortbildung für Lehrkräfte und Schüler*innen zur Auffrischung und Vertiefung der Kenntnisse in Traumapädagogik und Mediation.

Kooperation mit Fachstellen

Zusammenarbeit mit Schulpsycholog*innen und Schulsozialarbeiter*innen zur Unterstützung von Schüler*innen in schwierigen Situationen.



Zeitplan

Januar 2025- Juni 2025: Implementierungsphase (1. Jahr)

Januar - Februar 2025:

- **Start des Projekts:** Kick-off-Veranstaltung, Einführung in das Projekt für alle beteiligten Schulen und Partner.
- **Durchführung von Schulungen für Lehrkräfte und Schulpersonal:** Erste Fortbildungen zur Gewaltprävention, traumasensibler und genderorientierter Pädagogik.
- **Koordination und Organisation der ersten Workshops:** Planung und Vorbereitung der Workshops für Schüler*innen.

März - Mai 2025:

- **Workshops für Schüler*innen:** Durchführung der ersten Workshops in den Schulen, Fokus auf gewaltfreie Kommunikation und Konfliktlösung.
- **Start der Sensibilisierungskampagnen:** Informationsmaterialien und Veranstaltungen zur Gewaltprävention an den Schulen, z. B. durch Plakate, Social Media und Elternabende.
- **Erstellung von Evaluationstools:** Entwicklung von Instrumenten zur kontinuierlichen Evaluation und Feedbackerhebung aus den ersten Workshops.

Juni 2025:

- **Zwischenevaluation und Feedback:** Auswertung der ersten Monate des Projekts, Anpassungen der Maßnahmen basierend auf Feedback von Schüler*innen, Lehrkräften und anderen Beteiligten.
- **Schlussbericht zum 1. Halbjahr:** Dokumentation der Ergebnisse, Schwierigkeiten und Erfolge der ersten Phase



Juli 2025- Juni 2026: Weiterführende Umsetzung und nachhaltige Integration (2. Jahr)

Juli - September 2025:

- **Fortsetzung der Workshops:** Weitere Durchführung der Workshops in Schulen, eventuell mit vertiefenden Themen wie Mobbingprävention und Umgang mit Geschlechterstereotypen.
- **Sensibilisierungskampagnen intensivieren:** Weitere Aufklärung und Integration der Gewaltprävention in den Schulalltag.
- **Start der Evaluation des ersten Jahres:** Detaillierte Analyse der Wirksamkeit und nachhaltigen Integration der Maßnahmen in den Schulalltag.

Oktober - Dezember 2025:

- **Schulungen für neue Lehrkräfte und Schulpersonal:** Wiederholung und Erweiterung der Schulungen für neu hinzukommende Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter*innen.
- **Durchführung spezieller Workshops:** Zusätzliche Workshops zu Themen wie Trauma, Gewalt in digitalen Medien und sexualisierte Gewalt.
- **Förderung der Zusammenarbeit mit externen Partnern:** Ausbau des Netzwerks mit Jugendhilfeeinrichtungen, Beratungsstellen und anderen relevanten Organisationen.

Januar - März 2026:

- **Integration von Präventionsmaßnahmen im Schulcurriculum:** Unterstützung der Schulen bei der langfristigen Integration von Gewaltprävention in den Unterricht und die Schulstruktur.
- **Zweite Zwischenevaluation:** Feedbackrunde und detaillierte Auswertung der Fortschritte, mit Anpassung des Programms falls notwendig.

April - Juni 2026:

- **Abschlussphase und langfristige Sicherstellung:** Vorbereitung auf die langfristige Verankerung der Maßnahmen, Evaluierung der Projektergebnisse und Planung für die Fortführung des Projekts ohne externe Förderung.
- **Abschlussbericht:** Dokumentation und Präsentation der Projektergebnisse, inkl. Erfolgen und Herausforderungen, sowie Empfehlungen für die weitere Umsetzung.



- **Abschlussevent:** Veranstaltung zur Präsentation der Projektergebnisse und des nachhaltigen Programms für die Schulgemeinschaft und Förderer.