



# KURZ ERKLÄRT: FÜR EIN FACHPUBLIKUM

**SCHEMAPÄDAGOGIK**

Kompetenzzentrum SchemaPädAgogik KoSPA

 Falkenplatz 11 |  
3012 Bern |  
info@kospa.ch |

# SchemaPädAgogik

**Die SchemaPädAgogik ist eine Methode, die auf zwei wesentliche Punkte abzielt: Einerseits auf die ressourcenorientierte Entwicklung der Klient:innen, andererseits auf die Interaktion und die Beziehung zwischen den zu Begleitenden/zu Betreuenden und den Fachkräften. Mit dieser Methode können Trigger-Punkte decodiert und den Reaktionsmustern – sogenannten Modi – alternativ begegnet werden. Dieser bewusste Umgang mit herausfordernden Situationen im zwischenmenschlichen Kontext wirkt sich stressreduzierend auf alle Beteiligten aus.**

Die Schemapädagogik<sup>1</sup> wurde 2010 von Marcus Damm entwickelt und sie basiert auf den Theorien der Erziehungswissenschaften und der Entwicklungspsychologie. Der Schema-Begriff der Schemapädagogik stammt vom Schweizer Biologen und kognitiven Entwicklungspsychologen Jean Piaget und die von ihm definierten Denkmuster. Das Konzept Schemapädagogik stützt sich hauptsächlich auf drei Therapiemethoden ab. Dies ist die Schematherapie nach Jeffrey Young, die ihrerseits auf der Kognitiven Verhaltenstherapie nach Aaron Beck fusst, jedoch um die Elemente der Emotionen, des Fühlens, der Erinnerungen und Körperempfindungen erweitert wurde. Schliesslich wurden von Rainer Sachse und seiner Klärungsorientierten Psychotherapie der komplementäre Beziehungsaufbau, die Interaktionsstrategien und die Persönlichkeitsstile integriert. Die Theorie der Grundbedürfnisse schliesslich stammt von Klaus Grawe. Zusammengefasst: Schemapädagogik vernetzt Elemente der Schematherapie, der Klärungsorientierten Psychotherapie und der Kognitiven Verhaltenstherapie sowie die Erkenntnisse aus der Grundbedürfnisforschung, der Neurobiologie und der Bindungstheorie und überträgt diese Konzepte auf die Pädagogik.

## **Schemata und Grundbedürfnisse**

Die schemabasierenden Therapie- und Erziehungsformen gehen davon aus, dass die Schemata bereits in der frühesten Kindheit entstanden und deshalb *unbewusst, aber handlungsbestimmend sind und bleiben*. Sie liegen quasi 'hinter' dem schwierigen, herausfordernden Verhalten unserer Klient:innen. Über Störaktionen, Provokationen, Sabotagen, Mobbing, Missetaten und Ähnlichem melden diese insgeheim ein Bedürfnis an. Dieses blieb seit (frühester) Kindheit unbefriedigt. Ein unbefriedigtes Grundbedürfnis kann zum Beispiel dasjenige

<sup>1</sup> Nachfolgend wird die Schemapädagogik wie folgt geschrieben: SchemaPädAgogik. Diese Schreibweise wird im Jugendheim Lory verwendet und beschreibt die Anwendungsmöglichkeit der Schemapädagogik in der Pädagogik wie auch in der Agogik.

nach verlässlichen Beziehungen sein – ein Umstand, der bei ganz vielen Klient:innen, die das System und die Gesellschaft über Gebühr herausfordern, deutlich vorhanden ist.

Im frühkindlichen Alter ist der Mensch auf Hilfe, Nähe und Beistand der Bezugs- und Betreuungspersonen angewiesen. Fehlte dies, fühlte er sich hilflos, verängstigt und verletzlich. Die Gefühle werden in der Folge so verankert, dass sie lebenslang in ähnlichen Situationen erneut ausgelöst werden können. Um die Verletzlichkeit zu verschleiern, werden zum Schutz oft ungünstige Strategien angeeignet, die im Verlauf der Entwicklung nicht mehr adäquat sind. Eine dieser Strategien kann beispielsweise sein, gegenüber sich und anderen verbal oder physisch verletzend zu agieren, was sich in selbstverletzendem Verhalten, im Zerstören von Objekten, Streuen von Gerüchten, Benutzen von Kraftausdrücken und entsprechender Gestik, ablästern und denunzieren und vielem mehr zeigen kann.

Schemapädagogisch motivierte Reaktionen wirken auf derartige maladaptive<sup>2</sup> Verhaltensweisen deeskalierend.

Diese Erkenntnis kann also für den Alltag mit den zu begleitenden/zum betreuenden Menschen wie auch zum Wohle von Fachkräften salutogen<sup>3</sup> genutzt werden.

### **Interaktionsmuster decodieren**

Herausfordernde Klient:innen sind sich gewöhnt, dass auf ihre maladaptiven Verhaltensweisen – genannt Bewältigungsmodi – unter anderem mit Sanktionsandrohungen reagiert wird. Dieser Druck löst entsprechenden Gegendruck aus – und das verhängnisvolle Spiel hat begonnen. In vielen Fällen wird das gegenseitige negative Bild voneinander zementiert, weil das Erwartete eintrifft: Dieser repetitive Ablauf gibt den Betroffenen Halt und erfährt dabei eine entsprechend negative Verstärkung.

Das Problem vieler schwieriger Situationen in Bezug auf die Interaktion mit den Klient:innen ist, dass die Situationen von den Fachpersonen nicht richtig erkannt werden, da sie die Mechanismen der im Hintergrund ablaufenden Prozesse bei den Klient:innen nicht erkennen können.

<sup>2</sup> dauerhaftes ungünstiges Verhaltensmuster, das erworben wurde

<sup>3</sup> Salutogenese ist der Gegenbegriff von Pathogenese, unter welcher das 'Management von Krankheit' verstanden wird. Die Salutogenese, deren Begründer der Soziologe Aaron Antonovsky ist, richtet ihren Fokus auf die Entwicklung von Gesundheit unter Einbeziehung der Ergebnisse der Stressforschung. Entscheidende Kriterien zur Bewältigung von potenziell gesundheitsschädigenden Stressfaktoren sind in Antonovskys Theorie das sogenannte Kohärenzgefühl und die individuellen Widerstandsfaktoren.

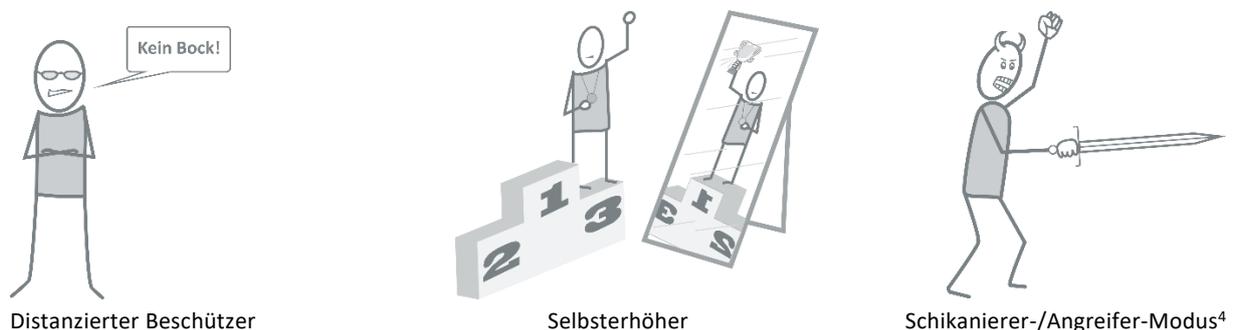
Solche Situationen erhöhen bei den Fachkräften den Distress, weil sie sich in einer akut komplexen Situation wiederfinden. In solchen Momenten denkt die Lehrperson vielleicht: «Was geschieht hier? Warum tue ich mir das an?! Solche Situationen sind so kräfte-raubend!»

Es ist möglich, schemapädagogisch zu handeln, ohne die Schemata der Klientel zu kennen. Klient:innen zeigen in sozialen Interaktionen den Fachpersonen, aber auch den Gleichaltrigen gegenüber Tendenzen, bestimmte Facetten respektive Ich-Anteile, ausgeprägt und gehäuft in Szene zu setzen.

«Das mache ich nicht – ich habe keinen Bock!» Dieser Ich-Anteil oder Schemamodus heisst *Distanzierter Beschützer*.

«Das ist alles viel zu langweilig, das ist doch Kindergarten!» Dieser Modus wird in der **SchemaPädAgogik** *Selbsterhöher* genannt.

«Wo haben Sie eigentlich Ihren Beruf erlernt? Das ist ja sowas von langweilig. Komm, Kim, lass uns ein UNO spielen!» *Schikanierer-/Angreifer-Modus*.



## Schemapädagogische Interventionen

Provokative Aussagen, die von Klient:innen im Modus des *Distanzierten Beschützers* gemacht werden, sagen viel über die dahinterstehenden Motive des/der Absender:in aus. So kann beispielsweise eine Über- oder Unterforderung dahinterstecken. Vielleicht schwingt auch die unterschwellige Angst mit, sich vor der Peergroup zu blamieren – und der/die Klient:in macht deshalb einen auf 'cool' und abgebrüht. Ist sich eine Fachperson dessen bewusst, kann eine ressourcenorientierte Intervention erfolgen wie:

«Aha, da macht sich der Null-Bock-Tilo/die Null-Bock-Tina bemerkbar. Was triggert dich? Oder fühlst du dich unterfordert? Lass es mich in den nächsten 5 Minuten wissen. Ich habe noch andere Ideen. Wenn ich nichts von dir höre,

<sup>4</sup> Schemamodus-Figuren – D. Aebersold®

bitte ich dich, nichts zu machen, dafür aber still zu sein – das ist auch okay für mich.»

«Auf dieses Selbsterhöher-Getue habe ich grad keine Lust. Ich weiss, dass du zu clever genug bist, um deinen Beitrag für die Gruppe zu leisten. Wenn du schneller fertig sein solltest – komm zu mir: Ich habe noch etwas, das dir bestimmt Spass machen wird. Alles klar? Ich zähle auf dich!»

«Falls du denkst, dass ich wegen deinen Äusserungen die Nerven verliere – vergiss es!» Lehrperson lächelt. «Klar, UNO spielen ist echt toll. Aber du verstehst, wenn wir das auf später verschieben müssen. Womit kann ich dich unterstützen, damit du wie alle anderen auch still arbeiten kannst?»

Auf Seiten der Fachkräfte sind die Reaktionen auf ein gleiches oder ähnliches Verhalten von Schüler:innen sehr unterschiedlich. Die eine Fachperson lässt sich von *Null-Bock-Schüler:innen* überhaupt nicht aus der Ruhe bringen, dafür reagiert sie auf Überheblichkeiten sehr empfindlich und lässt sich entsprechend triggern. Eine andere Fachkraft reagiert genau umgekehrt. Dies deshalb, weil jede ihre/jeder seine eigene *Schemalandschaft* in sich trägt – und diese wird von den Klient:innen oft sehr schnell erkannt. Es kommt durchaus vor, dass die zu Begleitenden/zu Betreuenden dieses Wissen sehr geschickt (aus)nutzen. Zum Beispiel, indem sie eine Fachperson, die gerne ausführlich erzählt (und evtl. den 'Selbsterhöher' in sich trägt), zu einem Monolog 'verführen', der mit dem eigentlich zu bearbeitenden Thema nur ganz entfernt zu tun hat. Und so reicht es dann beispielsweise nicht mehr, um alle für die Sequenz geplanten Inhalte bearbeiten zu können.

Für diese Strategien haben schemapädagogisch geschulte Fachkräfte einen Blick, um sich nicht auf den '*Roten Teppich*'<sup>5</sup> ziehen zu lassen. Sie tappen dadurch den 'provozierenden' Klient:innen weniger oder gar nicht mehr in die Falle. Ausgebildete **SchemaPädAgog:innen** kennen ihre 'blinden Flecken' und passen ihre gewählten Reaktionen so an, dass sich die Interaktionsspirale ins Positive drehen kann. Das fördert den Beziehungsaufbau, der für erfolgreiches schemapädagogisches Wirken unabdingbar ist.

Es hat sich gezeigt, dass Fachkräfte, die im Sozialen arbeiten, häufig das Schema '*Fürsorge für andere*' mitbringen und damit ressourcenorientierte Voraussetzungen für den Beziehungsaufbau. Im Gegenzug birgt dieses Schema aber auch

<sup>5</sup> 'Roter Teppich': bezeichnet eine negative Interaktionsspirale, aus der die Interaktionspersonen nur schwerlich wieder herauskommen – sowohl die Person, die den 'Roten Teppich' ausrollt, wie das Gegenüber, das auf diesen tritt.

die Gefahr, sich zu sehr aufzuopfern und wiederholt über die eigenen Kräfte hinauszugehen.

## **Salutogenese**

Schemapädagogisches Handeln leistet für Fachkräfte einen wertvollen Beitrag betreffend Resilienz und Gesundheit im Allgemeinen. Denn die Auseinandersetzung mit den eigenen Schemata ist ein zentraler Aspekt der **SchemaPädAgogik**. Das daraus resultierende Bewusstsein um die persönlichen Schemata, Bewältigungs- und Interaktionsstrategien, ermöglicht einen salutogenen Umgang mit herausfordernden Situationen.

Die durch die Schemapädagogik erworbenen Kompetenzen stärken bei den Fachkräfte die Fähigkeit, den maladaptiven Verhaltensweisen der Klient:innen nicht auf der emotionalen sondern auf der Metaebene zu begegnen. **SchemaPädAgog:innen** wissen, dass sie ausschliesslich Projektionsfläche und nicht die Ursache für das Verhalten sind.

## **Der Weg zur SchemaPädAgogik**

Wer **SchemaPädAgogik** verstehen will, muss sich mit den nachfolgenden Elementen auseinandersetzen und diese internalisieren:

- Unbefriedigte Grundbedürfnisse und die daraus entstehenden Schemata
- Schemamodi
- Bewältigungsmodi
- Interaktionsstrategien und Psychospiele
- Externale Kausalattribution
- Komplementärer Beziehungsaufbau
- Persönlichkeitsstile
- ...und die Vernetzung all dieser Elemente

Wer **SchemaPädAgogik** anwendet, erlebt herausfordernde Situationen als bereichernd, interessant und ressourcenorientiert und meistert diese erfolgreich.

Kompetenzzentrum **SchemaPädAgogik** Schweiz GmbH

Falkenplatz 11 |

3012 Bern |

info@kospa.ch |

