



KURZ ERKLÄRT

SCHENMA PÄDAGOGIK



Falkenplatz 11
CH - 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 Triggerpunkte 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 wurde 2010 von Marcus Damm entwickelt und 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.

Schemapädagogik

Nachfolgend wird die Schemapädagogik wie folgt geschrieben: SchemaPädAgogik. Diese Schreibweise beinhaltet sowohl den Bereich der Pädagogik wie auch der Agogik respektive der Arbeitsagogik.

Schemata und Grundbedürfnisse

Die schemabasierten 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 nach verlässlichen Beziehungen sein – ein Umstand, der bei vielen Klient:innen, die das System und die Gesellschaft über Gebühr belasten, gut erkennbar vorhanden ist.

Im frühkindlichen Alter ist der Mensch auf Hilfe, Nähe und Beistand der Bezugs- und Betreuungspersonen angewiesen. Fehlten diese, fühlte der junge Mensch sich hilflos, verängstigt und verletzbar. 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 maladaptive¹ Verhaltensweisen deeskalierend.

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

Salutogenese

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 Einbezug der Ergebnisse der Stressforschung. Entscheidende Kriterien zur Bewältigung von potenziell gesundheitsschädigenden Stressfaktoren sind in Antonovskys Theorie das sogenannte Kohärenzgefühl und die individuellen Widerstandsfaktoren.

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.

Solche Situationen erhöhen bei den Fachkräften den Distress, weil sie sich in einer akut komplexen Situation wiederfinden. In solchen Momenten denkt die

¹ dauerhaftes ungünstiges Verhaltensmuster, das erworben wurde

Lehrperson vielleicht: „Was geschieht hier? Warum tue ich mir das an?! Solche Situationen sind so kräfteaubend!“

Als offensichtliche Verhaltensweise bei den Klient:innen treten die maladaptiven Schemamodi in Erscheinung. Die SchemaPädAgog:innen analysieren diese herausfordernden Schemamodi im Wissen um die Schemata und Persönlichkeitsstile der Klient:innen und können deeskalierend damit umgehen.

Die Klient:innen zeigen in sozialen Interaktionen Verhaltensweisen – sowohl den Fachpersonen als auch den Gleichaltrigen gegenüber –, die herausfordernd sein können. Diese Schemamodi haben sich aufgrund ihrer ausgeprägten Schemata herausgebildet und die Klientel setzt sich damit wiederholt in Szene (Wiederholungszwang).



„Das mache ich nicht – ich habe keinen Bock!“ Dieser Bewältigungsmodus heißt *Distanzierter Beschützer-Modus*.



„Das ist alles viel zu langweilig, das ist doch Kindergarten!“ Dieser Bewältigungsmodus wird in der SchemaPädAgogik *Selbsterhöher-Modus* genannt.



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

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 eine Fachperson sich 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, bitte ich dich, still zu sein, dafür aber nichts zu machen – das ist auch okay für mich.“

„Auf dieses Selbsterhöher-Getue habe ich grad keine Lust. Ich weiß, dass du 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, dass 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 alle Menschen ihre ganz individuelle *Schemalandschaft* in sich tragen – 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 etwas 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‘ ziehen zu

‚Roter Teppich‘

‚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.

lassen. Sie tappen dadurch den ‚provozierenden‘ Klient:innen weniger oder gar nicht mehr in die Falle. Ausgebildete SchemaPädAgog:innen kennen ihre ‚blinden Flecken‘ und wählen ihre Reaktionen passend, so 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 Umfeld arbeiten, häufig das Schema ‚Fürsorge für andere‘ mitbringen und somit ressourcenorientierte Voraussetzungen für den Beziehungsaufbau. Im Gegenzug birgt dieses Schema aber auch 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 Fachkräften 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 und interessant und kann diese ressourcenorientiert und erfolgreich meistern!

Kompetenzzentrum SchemaPädagogik



Falkenplatz 11

3012 Bern

info@kospa.ch