

# Dringende Frage über Unterricht während Praktikum

Beitrag von „CDL“ vom 17. September 2019 15:50

Das ist nur ein Praktikum, nicht das Ref. Auch wenn es Mut kostet: Wenn es dir möglich ist, zieh den Kollegen den du begleitest ins Vertrauen, leg offen, dass das Thema dich persönlich betrifft und du deshalb aktuell noch in Behandlung bist, damit ihm bewusst ist, dass das vielleicht zumindest momentan nicht das passende Thema ist bei dem er dich alleine in der Klasse lassen kann. In jedem Fall: Besprich die Situation in der Traumatherapie, klär Trigger und einen möglichen Umgang im schulischen Rahmen gut ab und auch, ob das wirklich ein Thema ist, dass du aktuell leisten kannst oder es für dich selbst, wie auch den Lernprozess der SuS möglicherweise besser wäre eine andere Klasse zu begleiten. Weder dir selbst noch den Schülern ist am Ende damit geholfen, wenn du vor lauter eigener Betroffenheit nicht mehr als (angehende) Lehrkraft vorne stehst, sondern nur noch als Betroffene die selbst hilfsbedürftig wird, weil das Thema so viel auslöst, antriggert, hochholt. Eigene Grenzen zu beachten und zu respektieren ist etwas ganz zentrales als Gewaltopfer und unerlässlich, um auch unter diesen Voraussetzungen dem Beruf gerecht werden zu können.

Fairerweise muss man sagen, dass ein Trauma durchaus Fragen der Berufseignung aufwirft, da sichergestellt sein muss, dass der schulische Kontext kein so starkes Triggermoment darstellt, dass du Flash Backs etc. bekommst und die Verantwortung für deine SuS zuverlässig tragen kannst. Dafür machst du jetzt aber die Traumatherapie und hast dir hoffentlich weitere Unterstützung gesichert, sei es in Form eines OEG-Antrags oder auch durch Beantragung eines GdBs etc.. Wenn du zu den letzten Aspekten Fragen haben solltest melde dich gerne per PN bei mir.

Ich bin selbst Gewaltopfer und im Schuldienst, das schließt sich also keinesfalls per se aus, ist aber mit einiger zusätzlicher seelischer Arbeit verbunden und erfordert eine gewisse Grundstabilität als Ausgangsbasis. Was ich gerade zu Beginn des Refs gemacht habe um mich selbst zu unterstützen ist eine Übung aus der Traumatherapie, die sich "sicherer Ort" nennt. Vielleicht kennst du die Übung ja. Diese Übung habe ich immer auf dem Weg zur Schule gemacht, um ganz bewusst mein inneres Kind und meine verletzten Anteile an diesen sicheren Ort zu bringen und ebenso bewusst als Erwachsene die ich bin in meinen Beruf zu gehen, statt verletzte Anteile vorzulassen oder gar vorzuschicken, die dem nicht gewachsen sind. Wenn ich mit meinen SuS Themen bearbeite die potentiell an meine traumatischen Erfahrungen rühren könnten, dann mache ich diese Übung ebenfalls noch einmal bewusst, um eben in der richtigen Rolle und Haltung in die Klasse zu gehen und nicht meine Gefühle und Erfahrungen zu vermengen mit dem, was meine SuS lernen sollen und dürfen. Zusätzlich habe ich gute Erfahrung gemacht mit bewusster Ressourcenarbeit (Was stärkt mich?) gerade in besonders belasteten Zeiten und dem Zugeständnis, dass ich eben auch mehr Pausen benötige, um die Erfahrungen des Schultags gesund verarbeiten zu können. Letzteres fällt mir sehr schwer, weil ich nicht als krank wahrgenommen werden möchte. Da ich meine gesundheitlichen Probleme aber nunmal nicht negieren kann, ist es der einzige gesunde Weg, um meinen Beruf

wahrnehmen zu können.

Sprich mit deiner Therapeutin/deinem Therapeuten über das Thema, mach die Übungen die du in der Therapie lernst konsequent im Alltag und ganz bewusst auch ehe du in die Schule gehst, hör auf deine Grenzen (so schwer das auch sein mag) und zieh wenn möglich den Kollegen ins Vertrauen. Wenn er weiß, warum das Thema dich besonders berührt (dass es dich besonders berührt wird er sowieso schnell wahrnehmen) kann er dein Verhalten einordnen.