

Schemapädagogik: Neue Möglichkeiten und Methoden der Schematherapie im Praxisfeld Erziehung

Schemapädagogik transferiert schematherapeutische Prinzipien und Strategien in sozialpädagogische Arbeitsfelder. Der Ansatz verfolgt in den Arbeitsfeldern Krippe und Kindergarten das Ziel, Kinder innerpsychisch zu stärken.

In der Erzieherinnen-Ausbildung werden bekanntlich auch ausgewählte Inhalte der Psychologie. Seit jeher wurden zeitversetzt Erkenntnisse der Psychologie in die Pädagogik integriert.

Von der Schematherapie zur Schemapädagogik

Potenzial der Schematherapie für den erzieherischen Alltag

„Fußabdrücke“; Social brain; siehe Vorwort Roedi und später mein Skript;
Schemata; Def.; Entstehung; Die ersten Lebensjahren die wichtigsten. Bindungserfahrungen wirken sich direkt auf das Gehirnwachstum aus;

Gemeint sind die Konzepte Schematherapie (*Young et al. 2008*) und Klärungsorientierte Psychotherapie (*Sachse et al. 2009*).

Dies stellt ein Manko dar. Denn aus einer schemaorientierten Perspektive ergeben alle oben genannten, typisch menschlichen Mechanismen durchaus einen konkreten Sinn.

Schemata und Schemamodi (Persönlichkeitsfacetten)

Ein solches Schema führt im Falle einer Aktivierung zu bestimmten Erinnerungen, Gedanken (Kognitionen), Emotionen und Körperempfindungen. Zu einer Aktivierung kommt es gewöhnlich, wenn der Betreffende in eine Situation gerät, die in einem Zusammenhang steht mit unliebsamen biografischen Erfahrungen. Die aktuelle Situation wird dann automatisch als Gefahrensituation interpretiert. Intuitiv reagiert er unangepasst, übertrieben. Erschwerend kommt hinzu: Das, was um ihn herum passiert, sieht er als *Ursache* seines Erlebens an, er erkennt nicht, dass die Situation/der Mitmensch usw. „nur“ sein(!) innerpsychisches Muster *auslöst*.

Ein Schema beeinflusst den Lebensstil des Betreffenden maßgeblich (*Young et al. 2008*). Zum Beispiel „gerät“ er immer wieder „ungewollt“ in dieselben Situationen. Am Muster *Misstrauen/Missbrauch* lässt sich der Mechanismus gut demonstrieren. Manche Perso-

nen mit diesem Schema suchen und finden ausschließlich Beziehungspartner, die Erste-re schlecht behandeln.

In Zusammenhang mit einem oder mehreren Schemata steht ein sogenannter Schemamodus. Er tritt unmittelbar in Erscheinung, sobald ein Schema aktiviert ist. Den Begriff kann man auch übersetzen mit: Ich-Zustand, Persönlichkeitsfacette, Teil-Persönlichkeit. *Young et al.* (2008) unterscheiden verschiedene Schemamodi. Ist ein Klient etwa im *Modus Impulsiv-undiszipliniertes Kind*, dann wirkt er aufmüpfig, unreflektiert, bockig. Ist zum Beispiel der *Schikanierer- und Angreifer-Modus* aktiviert, erscheint der Betreffende sadistisch, unempathisch und gewaltbereit.

Erfahrungsgemäß haben die Klienten so gut wie keinen Einblick in ihrer innerpsychische Strukturen, genauer gesagt, sie kennen ihre eigenen Schemamodi nur ungenügend. Wenn zum Beispiel ein Klient „mal wieder seine 5 Minuten hat“ und versucht, den Sozialarbeiter an der Nase herumzuführen, so könnte Letzterer zu dem Schluss kommen: „So jetzt bist Du im *Manipulierer, Trickser, Lügner-Modus*.“

Ganz wichtig: Ist einer der genannten Modi aktiv, denkt, fühlt und handelt der Klient in einer ganz bestimmten Weise. Mit „gesundem Menschenverstand“ kann man ihn nicht von seinem „Trip“ abbringen. Man muss warten, bis der Betreffende „runterkommt“ beziehungsweise im sogenannten *Modus des Gesunden Erwachsenen* ist. Dann erst ist er selbstreflektiert, einsichtig, reaktionsflexibel, offen und aufnahmefähig.

Ablauf Schemapädagogik

Schritt 1: Komplementärer Beziehungsaufbau

Schemapädagogen offenbaren neben den üblichen Beziehungsvariablen (Empathie, Kongruenz, Akzeptanz) auch ein ganz bestimmtes Auftreten. Sie passen sich aktiv und direkt an die Motivebene des Klienten an. D.h. sie arbeiten an einer komplementären Beziehungsgestaltung. Die Fachkraft interpretiert Verbales und Non-Verbales und erspürt quasi das hinter den Tests und Psychospielen verborgene Bedürfnis. Praktiker werden es wissen: Gerade „schwierige“ Kinder und Jugendliche brauchen vor allem Anerkennung, das Gefühl von Solidarität, Wichtigkeit und Verlässlichkeit (*Sachse et al.* 2009). Gleichzeitig dauert es gewöhnlich seine Zeit, bis der professionelle Helfer einen privaten Zugang zu dem Betreffenden findet. Grund: Der Klient hat früher gewöhnlich einmal ausführlich gelernt, dass Grundbedürfnisse nicht so leicht befriedigt oder sogar sanktioniert werden, wenn man sie anmeldet. Daher kommt es ja erst zu den Tests, Psychospielen und – zu den Schemata.

Welche Bedürfnisse jeweils im Vordergrund stehen, finden Schemapädagogen recht zügig heraus. Sie achten auf spezielle Verhaltensweisen des Klienten, die dazu dienen, seinen Gesprächspartner zu manipulieren, ihm erwünschte Reaktionen aufzuzwingen.

Schritt 2: Kindliche Verhaltensweisen einordnen

Kommt es im Beisein der Fachkraft immer wieder zu einem speziellen Problemverhalten, kann es leicht auf einen zugrundeliegenden Schemamodus bezogen werden. Vielleicht mobbt ein Klient regelmäßig eine bestimmte Person (*Schikanierer- und Angreifer-Modus*). Oder er kommt stets zu spät zu Verabredungen und hält sich nicht an Absprachen (*Modus Impulsiv-undiszipliniertes Kind*).

Schritt 3: Problembearbeitung

Ist durch die Realisierung der komplementären Beziehungsgestaltung genug „Beziehungskredit“ (Sympathie, Vertrauen, Solidarität) aufgebaut, mehren sich die Situationen, in denen man mit dem Klienten authentisch und informell kommunizieren kann (*Sachse et al. 2009*). Grund: Er befindet sich *häufiger im Modus des Gesunden Erwachsenen*. In solchen Momenten sollte der Klient dazu motiviert werden, an der Bewusstwerdung seiner kostenintensiven Persönlichkeitsfacetten (Schemamodi) zu arbeiten. Spielerisch bzw. humorvoll bietet man ihm einen „Schemamodus-Arbeitsbegriff“ an, mit dem er etwa anfangen kann. Einige Beispiele: „Wenn Dich jemand auslacht, kommt der böse Max in Dir raus, nicht?“ (*Ärgerliches Kind*) – „Wenn Du so einen Strebertyp siehst, spricht schnell der Mobbing-Max aus Dir, gell?“ (*Schikanierer- und Angreifer-Modus*).

Erfahrungsgemäß entwickeln die Klienten rasch ein Bewusstsein von ihren innerpsychischen Strukturen. Festigt sich ein Arbeitsbegriff, wird dieser immer mal wieder in Unterhaltungen eingestreut, damit er sich festigt, etwa: „Na, hat sich der Mobbing-Max mal wieder gemeldet?“ Folglich ergeben sich so förderliche Gespräche, und der Klient lernt eine kostenintensive Seite von sich besser kennen. Kommt es einmal im Beisein der Fachkraft zu einer entsprechenden Schemamodus-Aktivierung, kann nunmehr gezielt interveniert werden: „Aha! Da ist er ja, der Mobbing-Max!“

Irgendwann sollten auch Gespräche über die Vor- und Nachteile des jeweiligen Schemamodus geführt werden. Da die Nachteile immer überwiegen, entwickelt sich seitens des Klienten leicht ein stetig anwachsendes Problembewusstsein.

Schritt 4: Aktive Hilfe beim Transfer der Ergebnisse

Ziel der schemapädagogischen Bemühungen ist die Förderung der Selbstkompetenz des Klienten. Er soll irgendwann in der Lage sein, einen kostenintensiven Schemamodus zu kontrollieren. Der Helfer unterstützt in dabei. Außerdem kommen in dieser Phase zwei Arbeitsweisen aus der Schematherapie zum Einsatz: die Schemamodus-Erinnerungskarte und das Schemamodus-Tagebuch. Die Karte, auch Schemamodus-Memo genannt, füllt der Klient mit dem Helfer aus. Sie hat die Form eines Arbeitsblatts und besteht aus vier Teilen. Zunächst (1.) benennt der Klient eine typische Situation, die seinen Schemamodus auslöst. Im folgenden Abschnitt (2.) macht sich der Betreffende die Wirkungsweisen des Modus bewusst. Schließlich (3.) geht es darum, dass unange-

brachte Denken, Fühlen und Erleben ad absurdum zu führen. Letztlich (4.) wird eine alternative Verhaltensweise ins Auge gefasst, die Belohnungscharakter hat. Die soll dann auch in der Praxis umgesetzt werden.

Es ist auch hilfreich, Klienten zum Führen eines Schemamodus-Tagebuchs zu motivieren. In diesem werden Schemamodi-auslösende Situationen – und wie man mit ihnen umging – festgehalten.

Beispiel

Der kleine Aaron, 5, ist in seiner Gruppe ein Außenseiter (**eventuell: entstehendes Schema Soziale Isolation**). Sein einziger (gleichaltriger) Spielkamerad Marcel spielt ebenfalls die Außenseiterrolle (**eventuell: Erduldung des Schemas Soziale Isolation**). Es kommt vor, dass andere Kinder ihnen übel mitspielen, sie triezen (**Schikanierer- und Angreifer-Modus**). Sie wehren sich nicht und begeben sich dadurch in die Opferrolle (**Unterordnender Modus**).

Beim morgendlichen Stuhlkreis sind sie still (**möglicherweise: Erduldung des Schemas Soziale Isolation**), und die Erzieherin kann sie nur sehr schwer dazu motivieren, sich verbal zu beteiligen.

Sandra, 23, ist Erzieherin (im Anerkennungsjahr) in der Einrichtung. Sie hat ein Auge auf Aaron geworfen. Als sie ihn eines Tages alleine im Außenbereich spielen sieht, geht sie auf ihn zu und spricht ihn an: „Oh, Du baust ja einen Turm.“ (**komplementäre Beziehungsgestaltung**) Er schaut unter sich und vermeidet Blickkontakt (**Unterordnender Modus**). Auf ihre weiteren Kontaktversuche antwortet er automatisch: „Ja“, „Ja“, „Ja“ (**vielleicht Psychospiel**). Sie lässt ihn in Ruhe (**komplementäre Beziehungsgestaltung**).

Am nächsten Tag spielt Sandra mit einer Kleingruppe im Außenbereich. Auch Aaron und Marcel sind mit dabei. Sie hat sich vorab eine Intervention überlegt, um die beiden wortkargen Jungen aus der Reserve zu locken. Sie lässt die beiden um die Gruppe – im Kreis – wetzen. Nach der siebten Runde hat Aaron Marcel eingeholt und „gef angen“ (**Förderung des Modus Glückliches Kind**).

Sandra drückt verbal und nonverbal Anerkennung aus (**komplementäre Beziehungsgestaltung**).

Aaron offenbart Anzeichen des Schemas *Soziale Isolation*. Er nimmt nicht gerne an Gruppenaktivitäten teil und hält sich auch sonst zurück. Die anfängliche Weigerung, auf die Gesprächsangebote von Sandra einzugehen, ist eventuell eine Verhaltensweise, die vom familiären Umfeld verstärkt wurde. Sandra nutzt die Möglichkeiten, die das Arbeitsfeld Kindergarten offenbart. Sie fördert sowohl den Modus *Glückliches Kind* (Aaron hat Erfolg beim Spiel in der Kleingruppe) als auch den Modus des *Gesunden Erwachsenen* (er „erkennt“ infolge des Spiels, dass er etwas „kann“).

In Zukunft wird es nun darauf ankommen, seitens des Heranwachsenden auch des Öfteren den Modus *Ärgerliches (beziehungsweise Wütendes) Kind* zu aktivieren. Das heißt, er sollte auch seine

Emotionen, auch die negativen, ausdrücken können, ansonsten unterdrückt er sie offensichtlich (ein möglicher Grund ist die eine familiär verursachte Etablierung des *Unterordnenden Modus*). Eine entsprechende Auslösung ist möglich vor allem in Rollen- und Schattenspielen, aber auch in Theaterstücken.

(Damm 2010b).

Literaturliste

Damm, Marcus (2010a):

Praxis der Schemapädagogik. *Schemaorientierte Therapien und ihre Potenziale für psychosoziale Arbeitsfelder: Stuttgart, Ibidem*

Damm, Marcus (2010b):

Schemapädagogik. *Möglichkeiten und Methoden der Schematherapie im Praxisfeld Erziehung. Wiesbaden: VS-Verlag.*

Sachse, Rainer/Fasbender, J./Breil, J./ Püschel, Oliver (2009):

Grundlagen und Konzepte Klärungsorientierter Psychotherapie, *Göttingen u.a., Hogrefe*

Young, Jeffrey E./Klosko, Janet S./Weishaar, Marjory E. (2008):

Schematherapie. *Ein praxisorientiertes Handbuch, Paderborn, Junfermann*

Zusammenfassung

Schemapädagogik ist eine neue Pädagogik.

Vita

Dr. phil. Marcus Damm, Jahrgang 1974, ist tätig in der Lehrer-Fortbildung und unterrichtet die Fächer Pädagogik, Psychologie und Ethik an der Berufsbildenden Schule Hauswirtschaft/Sozialpädagogik. [**info@marcus-damm.de**](mailto:info@marcus-damm.de)