

Dokumentation zur Veranstaltung der Reihe „Zufriedenheit trotz Krise“

Schule als Raum der Würde – Beschämung und sozialem Stress nachhaltig begegnen

Referentin: Rebecca Giersch

Programm *Erfolg macht Schule*
Deutsche Kinder- und Jugendstiftung
Standort Thüringen

Datum: 26. April 2022

Ort: digital via BigBlueButton



Inhalt

Die Referentin Rebecca Giersch	3
Der Überblick zur Veranstaltung	3
Erfahrungen der Teilnehmenden	8
Verwendete Literatur und Leseempfehlungen	9
Über das Programm Erfolg macht Schule	10
Über die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung	10
Impressum	11

Die Referentin *Rebecca Giersch*

Rebecca Giersch begleitet als selbstständige Referentin, Prozessbegleiterin und Coach Menschen und Organisationen, die Wege suchen, Beziehungen, Lern- und Veränderungsprozesse wertschätzend, transparent und sicher zu gestalten.

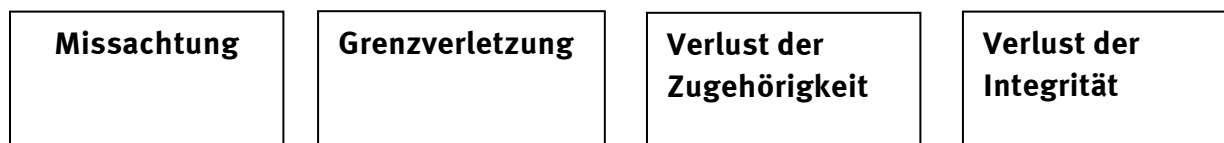
Der Überblick zur Veranstaltung

Die Arbeit des Programms *Erfolg macht Schule* verdeutlicht den Mitarbeitenden immer wieder die hohen Belastungen, die Lehrkräfte an Thüringer Schwerpunktschulen tagtäglich ausgesetzt sind und die sie meistern. Oftmals geraten Lehrkräfte dabei an ihre Belastungsgrenzen. Vor diesem Hintergrund ist im Programm „Erfolg macht Schule“ die Idee entstanden, ein Format für Lehrkräfte anzubieten, durch welches Raum für die Beleuchtung und den Austausch solcher Themen geschaffen wird. Am 26.04.2022 boten wir diese Veranstaltung zu dem Thema „Schule als Raum der Würde – Beschämung und sozialem Stress nachhaltig begegnen“ an. Nach einem lyrischen Einstieg in das Thema durch die Referentin Rebecca Giersch, wurde der erste inhaltliche Teil der Veranstaltung behandelt: Scham als Gefühl.

Scham als Gefühl

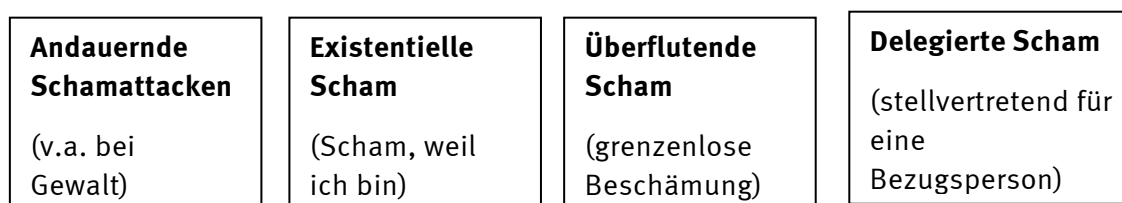
In Schule werden einige Gefühle sehr gerne gesehen und wahrgenommen. Zu ihnen zählen beispielsweise die Neugierde beim Lernen. Andere Gefühle hingegen, haben in Schule nicht viel Raum, werden bestimmten Gruppen zugewiesen oder tabuisiert. Von Tabuisierung betroffen ist das Gefühl Scham, obwohl es sich um ein ‚öffentliches‘ Gefühl handelt, dem wir durch andere begegnen können. Scham ist unser soziales Gewissen, wir erkennen dadurch (soziales) Fehlverhalten. Scham ist demnach sehr eng mit dem Selbst verknüpft. Das Gefühl tritt auch auf, wenn unsere eigenen Grenzen überschritten werden. Es handelt sich um ein universelles und natürliches Gefühl, das individuell ausgeprägt ist und abhängig von den Rahmenbedingungen auftritt. Einige Menschen reagieren mit starken körperlichen Reaktionen (rot werden, einigeln etc.). Dies zeigt sich auch in neuronalen Befunden, denn bei Scham sind eher primitivere Bereiche unseres Gehirns aktiviert. Im Kontext Lernen bedeutet dies, dass das Empfinden von Scham komplexe Vorgänge wie Lernen hemmt. Der Abruf von Informationen, Kreativität und weitere wichtige Aspekte werden verhindert.

Themen der Scham:

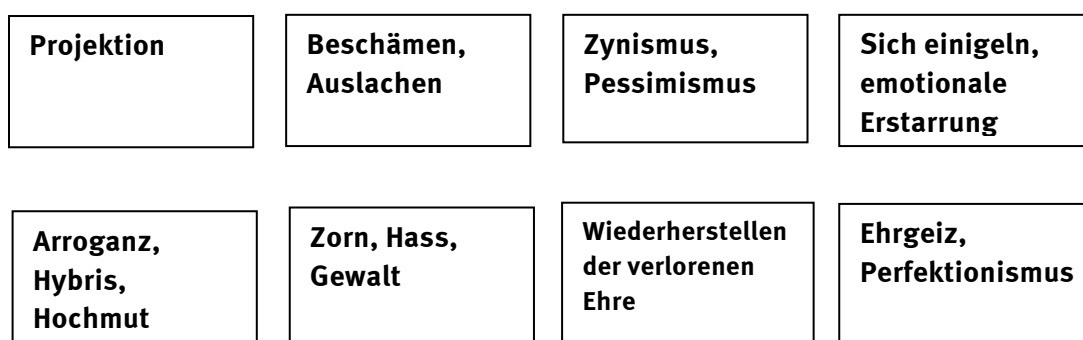


Die Themen der Scham sind miteinander verwoben, stehen teilweise in Konflikt zueinander und können aufeinander folgen. Eine sodann entstehende Schamdynamik hat nicht ausschließlich auf das Individuum einen Einfluss, sondern auch die Gruppe, in der es sich befindet, da Scham ein schwer kommunizierbares Gefühl ist, welches u.U. keine Kooperation und Authentizität erlaubt. Somit verlieren Individuen die Beziehung zu der Gruppe. Oftmals wird dies von anderen Gruppenmitgliedern bemerkt, es folgen kritische Stimmen, wodurch sich das Gefühl der Scham verstärkt, und ein Teufelskreis entsteht. Ein hohes Maß an Scham wirkt auf das Individuum demnach hemmend und kann weitere negative Emotionen wie Wut auslösen. Dahingehend kann ein niedriges Maß an Scham durchaus eine aktivierende Wirkung aufzeigen.

Scham zu empfinden ist primär ein natürliches Gefühl und wird von allen Menschen empfunden. Jedoch kann auch Scham zu einem pathologischen Merkmal werden, sodann spricht man von pathologischen Schamerfahrungen, welche unterteilt werden können:



Obwohl es sich bei Scham um ein natürliches Gefühl handelt, wird es als negative Emotion empfunden, sodass es eine Vielzahl an Möglichkeiten der Schamabwehr gibt:



Nach einem Austausch der Teilnehmenden in Kleingruppen zu der Frage, welche Formen von Scham in ihrem beruflichen Alltag besonders häufig vorkommen, wurde der zweite inhaltliche Teil der Veranstaltung beleuchtet.

Scham und Beschämung in Schule

Die bisherigen Ausführungen haben den Teilnehmenden aufgezeigt, dass der produktive Umgang mit Scham sehr wichtig ist. Es ist notwendig, darüber zu sprechen, um einen aktivierenden Charakter von Scham nutzen zu können. Wird dieser verbaut, so kann kein Lernprozess angebahnt werden, sondern es werden Muster zur Abwehr von Scham ausgebildet. Daher und vor dem Hintergrund, dass Schule mit systemischen Ritualen Beschämung und Scham inszeniert, spielt das Gefühl Scham und Beschämung im Kontext Schule eine große Rolle. Solche systemischen Rituale sind in Schule fest verankert (Bewertung, Vergleich, Zugehörigkeit, Rhythmisierung, Gebäude, Sportunterricht etc.). Schamprozesse und Prozesse des Beschämens (durch Interaktionen von außen) sind demnach allgegenwärtig. Sie betreffen dabei nicht ausschließlich die Schüler:innen sondern auch weitere Angehörige der Schule. Zum Beispiel erleben auch Lehrkräfte und Sorgeberechtigte Beschämung.

Raum der Würde

Um Scham aktivierend nutzen zu können, Neugierde zu wecken und erfolgreiches Lernen zu fördern, muss Scham und Beschämung in Schule thematisiert werden. Demnach lautet die zentrale Frage: Wie kann Schule ein sicherer Raum werden?

In diesem Kontext ist es ratsam, den Blick in sich selbst zu richten, die eigene Haltung zu aktualisieren und zu eruieren, in welchen Situationen man selbst Scham verspürt, sich dieser Situationen bewusstwerden und zu der Erkenntnis zu gelangen, dass Scham regulierbar ist. Das gelingt mitunter durch die Verwendung von Schamtagebüchern. Auch auf die eigenen Emotionen zu achten ist im schulischen Alltag wichtig. Denn sind wir selbst gestresst, sehr belastet oder dünnhäutig, dann besteht auch die Gefahr der Beschämung anderer oder der Wiederholung von eigenen Schamerlebnissen. Gehen Sie also mit sich selbst wertschätzend um, achten Sie sich selbst und erleben Sie sich als wirksam, denn Würde ist eng mit dem Selbstwert vernetzt. Dies vorzuleben und Beschämung zu vermeiden ist im Kontext der Schule von besonderer Wichtigkeit, denn Kinder lernen anhand von Ihren Handlungen.

Um Schule als Raum der Würde zu gestalten können die 4 Themen der Scham in 4 Grundbedürfnisse umgedeutet werden:

<p>Anerkennung</p> <p>Haltung von Anerkennung, Respekt, Wertschätzung</p>	<p>Schutz</p> <p>Grenzen vermitteln und respektieren, Gestaltung eines sicheren Raums</p>	<p>Zugehörigkeit</p> <p>Zugehörigkeit vermitteln zu der Gruppe und zu Erwachsenen</p>	<p>Werte</p> <p>Raum bieten, in dem Treue zu sich selbst und Authentizität möglich ist</p>
--	--	--	---

Im Dialog mit Ihren Schüler:innen können Sie sich anhand der Aspekte eines Wegweisers für eine achtsame Haltung orientieren. Begegnen Sie der Situation mit einem „Anfängergeist“, bleiben Sie unvoreingenommen. Entgegenen Sie Ihrem Gegenüber mit radikalem Respekt, sprechen Sie von Herzen und nutzen Sie die Möglichkeit des generativen Zuhörens (Hebamme sein für Gedanken und Fragen) und bieten Sie impulsiven Reaktionen Einhalt. Versuchen Sie die Scham konstruktiv zu nutzen. Hierfür benötigt es eine stabile Beziehung!

Was macht solch einen Dialog dann erfolgreich? Auch hierfür gibt es einige Aspekte, wie die Entwicklung eines dritten Ohres, die Sie beachten können: Versuchen Sie den Moment zu lösen, nicht das Problem. Ermöglichen Sie das Aussprechen von Emotionen, Wünschen und Befürchtungen. Nutzen Sie einen freigiebigen Gebrauch von Entschuldigungen und betrachten Sie die Situation von oben. Sorgen Sie für transparente Absichten, um Missverständnissen vorzubeugen. Zeigen Sie auch Ihre eigene Verletzlichkeit und enthüllen Sie Ihre eigene Scham, ohne andere zu beschämen. Achten Sie auf provokante Aussagen, diese können als Anzeichen von Scham aufgefasst werden.

Das Erleben intensiver Scham kann bei Jugendlichen auf unterschiedliche Weise reguliert werden. Bei einem Zustand der Schamlosigkeit versuchen Jugendliche oftmals Scham durch Rückzug und Losgelöstheit zu reduzieren. Als erwachsene Begleiter:in der Jugendlichen können Sie von entschämenden Aussagen gebrauch machen. In Zuständen der Schamerfülltheit können Jugendliche versuchen die Scham, die als Schmerz oder Demütigung empfunden wird durch einen Angriff zu regulieren. Dadurch soll der Schmerz reguliert werden und eine Verbindung (zur Gruppe) wiederhergestellt werden. Nutzen Sie in solchen Momenten die Methode des kollektiven Spiegels und der schamreduzierenden Kommunikation (Kritik reduzieren, Entschuldigen etc.). Auffälliges Verhalten kann in diesem Kontext verstanden werden als eine Reproduktion bisheriger Beziehungen. Jugendliche benötigen eine positive Beziehung als Orientierung. Ansonsten können sie keine anderen Lösungen für Situationen lernen. Eine beschämende Reaktion auf das auffällige Verhalten muss vermieden werden.

Um Schule als Raum der Würde zu gestalten und Beschämung und Scham zu vermeiden ist es notwendig Bewertungen durch den Potenzialblick vorzunehmen. Gehen Sie auf Qualitätensuche!

Im Unterricht wird eine positive Kultur etabliert und positiv mit Fehlern umgegangen. Diese werden konstruktiv bearbeitet, ohne Beschämung auszulösen, die ggf. niedrige Scham, die Kinder und Jugendlichen im Unterricht empfinden, wird so genutzt, dass ein Lernprozess ermöglicht wird.

Was bedeutet das für die Schulentwicklung?

Für die Schulentwicklung sind an dieser Stelle mehrere Ableitungen möglich. Insbesondere die Kultur der Anerkennung spielt eine große Rolle. Demnach wird allen Beteiligten der Schule Partizipation ermöglicht. Vielfalt wird anerkannt und allen mit Würde entgegnet. Der Unterricht und insbesondere die Bewertung von Leistungen wird gerecht gestaltet. Hierzu benötigt es die Erstellung eines Wertekanons. Dieser findet sich auch in der Ethik der pädagogischen Beziehung wieder. Basierend auf den international gültigen Kinderrechten werden Schüler:innen wertschätzend behandelt. Ihnen wird zugehört, bei Lernrückmeldungen wird ein Fokus auf das bereits Erreichte gelegt und weitere Lernschritte und Förderungen gemeinsam besprochen. Bei Rückmeldungen zum Verhalten wird ein Fokus auf das positive Verhalten und bereits erreichte Veränderungen gelegt. Schritte zur weiteren Entwicklung des Verhaltens werden vereinbart und eine permanente Zugehörigkeit zur Gruppe gestärkt. Das Verhalten, die Bedürfnisse, Wünsche, Nöte etc. von Kindern werden durch Lehrpersonen beachtet und der Sinn hinter Verhalten und Belange beachtet. Letztlich werden Kinder und Jugendliche zur Anerkennung Anderer und Selbstachtung angeleitet.

Erfahrungen der Teilnehmenden

Mein nächster Schritt – O-Töne der Teilnehmenden

Was möchtest du in deinem Alltag mit den Impulsen konkret machen?

Und wen oder was brauchst du dafür und wie kannst du das in die Wege leiten?

Anhand der beiden Leitfragen reflektierten die Teilnehmenden den Workshop und schlossen die Veranstaltung ab. Anbei finden Sie einige O-Töne der Teilnehmenden:

„Darauf achten, in meiner Sprache SuS nicht zu beschämen, ggf. Reflexionen über Lernverhalten nicht in Gruppe, sondern in Einzelsituationen“

„Präsentation anschauen, im Kleinteam besprechen, überlegen, was wir konzeptionell in unseren Projektangeboten berücksichtigen können für die Arbeit im nächsten Schuljahr“

„Ich werde mir die letzten Tipps im Umgang mit Kindern noch einmal genau anschauen und versuchen, diese auch auf die Erwachsenenenebene zu bringen...“

„wachsamer meinen eigenen Beschämungen gegenüber sein, auch als Voraussetzung von Veränderung im Umfeld.“

„Reaktionen von Kollegen nicht als Angriff verstehen, sondern als Schamreaktionen“

„Ich würde persönlich auf einige Formulierungen achten. Einige Verhaltensweisen der Kinder nochmal in Hinsicht von Scham überprüfen“

„Mein Schamohr in alle Richtungen öffnen“

„Ich denke, ich werde bei meinen ausländischen Schülern weniger Wissen über Verhaltensweisen in unserem Land voraussetzen.“

„Ich werde versuchen, achtsamer das Verhalten von Schülern und Kollegen wahrzunehmen und mit dem heute Gelernten verarbeiten. Vielleicht kann ich daraufhin mein Verhalten bzgl. meinem Gegenüber verändern.“

Verwendete Literatur und Leseempfehlungen

- Baer, Udo; Baer-Frick, Gabriele (2020): Das große Buch der Gefühle. Weinheim.
- Marks, Stephan (2013): Menschenwürde und Scham. Reflexionen für die schulische Praxis. In: Jägle, Martin u.a. (Hrsg.): Kultur der Anerkennung. Würde-gerechtigkeit-Partizipation für Schulkultur, Schulentwicklung und Religion. Baltmannsweiler 2013. S. 65-78.
- Marks, Stephan (2014): Scham und Menschenwürde in pädagogischen Beziehungen. In: Prengel, Annedore u.a. (Hrsg.): Kinderrecht in pädagogischen Beziehungen. Band 1: Praxiszugänge. Opladen 2014. S. 81-88.
- Marks, Stephan (2017): Die Würde des Menschen ist verletzlich. Was uns fehlt und wie wir es wiederfinden können. Mannheim.
- Marks, Stephan (2021): Scham- die tabuisierte Emotion. Ostfildern.
- Pohl, Gabriele (2020): Die Würde des Kindes ist antastbar. Plädoyer für eine Kindheit ohne Beschämung. Wiesbaden.
- Weinblatt, Uri (2016): Die Nähe ist ganz nah. Scham und Verletzungen in Beziehungen überwinden. Göttingen.

Über das Programm *Erfolg macht Schule*

Gemeinsam mit dem Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport hat die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung das Begleitprogramm *Erfolg macht Schule* ins Leben gerufen, das bis Ende 2022 über 30 Thüringer Regel- und Gemeinschaftsschulen dabei unterstützt, ihre Schul- und Unterrichtsqualität weiterzuentwickeln. *Erfolg macht Schule* möchte die Schulabbrecherquote in Thüringen senken und somit mehr Kindern und Jugendlichen ermöglichen, in der Schule erfolgreich zu sein.

www.erfolgmachtschule.de

Erfolg macht Schule wird gefördert durch den Freistaat Thüringen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.

Über die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung

Die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung (DKJS) setzt sich dafür ein, dass junge Menschen in unserem Land gut aufwachsen können und eine demokratische Kultur des Miteinanders erleben und erlernen. Sie stärkt Kinder in dem, was sie können und was sie bewegt. Mit ihren Programmen und Projekten stößt die DKJS Veränderungsprozesse an: in Kindergärten und Schulen, beim Übergang in den Beruf, in der Familien- oder Jugendpolitik. www.dkjs.de

Impressum

Herausgeberin:

Deutsche Kinder- und Jugendstiftung GmbH
Tempelhofer Ufer 11
10963 Berlin
Tel.: +49 (0)30 25 76 76 - 0
www.dkjs.de
info[at]dkjs.de

Diese Publikation wurde von der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung im Rahmen des Programms *Erfolg macht Schule* angefertigt, gefördert durch den Freistaat Thüringen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.

Redaktion: Anne-Franziska Heidenreich

Autorin: Rebecca Giersch

Lektorat: Catrin Schilling

Gestaltung: Anne-Franziska Heidenreich

Grafik: Melanie Findeisen

© DKJS 2022

Die Inhalte dieser Publikation wurden mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Es wird jedoch keinerlei Gewähr für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen übernommen. Alle Links wurden von der Redaktion im August 2022 überprüft.

Jena, August 2022