



Geschichten als Weg aus dem Trauma

Ein Praxisleitfaden

Susanne Donn / Elisabeth Lehner



Gelbe Reihe : Praktische Erlebnispädagogik



Dieser Titel ist auch als eBook erhältlich
ISBN 978-3-96557-181-5

Sie finden uns im Internet unter
www.ziel-verlag.de

Wichtiger Hinweis des Verlags: Der Verlag hat sich bemüht, die Copyright-Inhaber aller verwendeten Zitate, Texte, Bilder, Abbildungen und Illustrationen zu ermitteln. Leider gelang dies nicht in allen Fällen. Sollten wir jemanden übergangen haben, so bitten wir die Copyright-Inhaber, sich mit uns in Verbindung zu setzen.

Bei Fragen oder Anmerkungen zur Produktsicherheit wenden Sie sich bitte an produktsicherheit@ziel.org (Adresse siehe unten).

Inhalt und Form des vorliegenden Bandes liegen in der Verantwortung der Autorinnen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Printed in Germany

ISBN 978-3-96557-180-8 (Print)

Verlag: ZIEL – Zentrum für interdisziplinäres erfahrungsorientiertes Lernen GmbH
Zeuggasse 7–9, 86150 Augsburg, www.ziel-verlag.de
1. Ausgabe 2026

Illustrationen: Zu den Geschichten: Nad Otterbach
Fotos: Titel: AdobeStock / Sappheiros; Randabbildung: AdobeStock / svetlanais

Gesamtherstellung: **FRIENDS Menschen Marken Medien**
www.friends.ag

© Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlags reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Klimaneutral auf möglichst umweltschonend produziertem Papier gedruckt.



Gefördert durch die
Aktion
MENSCH

Diakonie 
Augsburg



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	6
1. Mit Märchen gegen Trauma	9
Wie alles begann	11
Ziel des Praxisleitfadens	12
Erfahrungen aus dem Modellprojekt	15
2. Traumatisierung und Stabilisierung	23
Was ist ein Trauma und wie wirkt es sich aus?	24
Risiko- und Schutzfaktoren	26
Grundlagen der Traumapädagogik	29
3. Vom Zauber der Geschichten	33
Geschichten als Imaginationsübung	35
Bedeutung für die kindliche Entwicklung	36
Strukturmerkmale geeigneter Geschichten	37
4. Gestaltung der Gruppenstunden	39
Traumasensible Gruppenpädagogik	40
Exemplarischer Ablauf	41
Kleine Heldinnen und Helden auf der Reise	46



5. Geschichtensammlung	51
Der Prinz mit den Eselsohren	53
Der verrückte Brunnen	58
Das Kind und der Bär	63
Die hilfreiche Kröte	68
Der eisige Riese	73
Die Hutmacherin und die Affen	78
Der Drache Angst	83
Das Ungeheuer mit den drei goldenen Haaren	87
 6. Elternarbeit als Schlüssel zur Nachhaltigkeit	 93
 7. Tipps und Tricks zur praktischen Umsetzung	 97
 8. Schlussbemerkung	 101
 Literatur / Quellen / Zitate	 104
 Danksagung	 108
 Die Autorinnen	 110



Vorwort

Uns allen sind Kinder wichtig. Trotzdem werden sie oft übersehen, vergessen oder sogar benachteiligt. Das war in der Pandemie so. Das zeigen die Debatten über eine Grundsicherung für Kinder. Völlig unverständlich ist, warum es nur so wenige Plätze für eine therapeutische Begleitung von traumatisierten Kindern gibt.

Diese Erfahrung machen wir besonders auch in der Begleitung Geflüchteter. Unser Beratungssystem ist primär auf erwachsene Hilfesuchende ausgelegt. Aber viele Geflüchtete bringen Kinder mit, die einen eigenen Bedarf an Hilfe haben. Denn selbst dann, wenn die Eltern bald einen Job und die Familie sogar eine Wohnung gefunden haben, bleiben oft Wunden in den Seelen der Kinder. In der Augsburger Diakonie haben wir deshalb schon vor vielen Jahren spezifische Angebote für Kinder mit Fluchterfahrung entwickelt.

Ein ganz besonders Angebot ist „Mit Märchen gegen Trauma“. Hier stehen die Kinder, ob mit oder ohne Fluchterfahrung, im Mittelpunkt. Welche Hilfe brauchen Kinder, um mit ihren traumatisierenden Erlebnissen leben zu lernen? Unsere Erfahrung ist: Hilfe beginnt damit, dass ich mich zu ihnen auf den Boden setze, sie beobachte und ihnen zuhöre. Dann fange ich an zu ahnen, was sie so verletzt hat. So kann ich dann mit ganz viel Sympathie und Freundschaft, Kreativität und Fantasie nach den Kräften und Ressourcen in jedem einzelnen Kind suchen. Als christliches Sozialunternehmen wissen wir uns dabei in der Tradition von Jesus von Nazareth, der genau das gepredigt hat: „Lasst die Kinder zu mir kommen“.

Die Diakonie Augsburg ist sehr stolz und dankbar, dass wir dieses Projekt durchführen konnten. Wir danken an erster Stelle der „Aktion Mensch“ für das Vertrauen und die Bereitschaft, uns mit einem erheblichen Beitrag die Realisierung zu ermöglichen. Es war ein Risiko. Es ist geglückt. Ebenso sehr danken wir allen weiteren Spendern und Förderern, die uns geholfen haben, die verbleibende Lücke bei der Finanzierung zu schließen. Wir danken den Eltern, die uns vertraut haben und sich auf einen Prozess eingelassen haben, der auch sie verändert hat. Ganz besonders dankbar sind wir unseren beiden Mitarbeiterinnen Susanne Donn und Elisabeth Lehner, die in jeder Hinsicht der Motor waren: angefangen von der Projektierung und der Suche nach Fördermitteln, über die Umsetzung und Entwicklung der Projektidee in den Gruppen, bis zu diesem Leitfaden, der alles noch einmal zusammenbindet und für andere nutzbar macht.

Das Erreichte macht uns stolz. Ganz besonders stolz sind wir auf die Kinder, die sich mutig auf die Reise gemacht haben: kleine Helden in einem schwierigen und manchmal bedrohlichen Umfeld. Mögen die positiven Bilder, die sie jetzt in ihrer Seele tragen, ihnen auch weiter Stärke für ihren Lebensweg geben. Sie haben gelernt: Leben kann gelingen. Ich kann zum Helden und zur Heldin in meiner eigenen Lebensgeschichte werden.



Es ist zu hoffen, dass dieser Leitfaden viele dazu anregt, mit traumatisierten Kindern auf einfache und niederschwellige Weise in Kontakt zu kommen. Oft braucht es mehr als Märchen und freundliche Zuwendung. Und doch beginnt der Weg zur Heilung und zu einem glücklichen Leben oft genau so: dass ich mich von einem Märchen berühren lasse, meine Seele wieder Flügel bekommt und ich mich mutig und hoffnungsvoll auf den Weg mache.

Wir wünschen diesem Leitfaden viele interessierte Leserinnen und Leser und vor allem Nachahmerinnen und Nachahmer.

Pfarrer Fritz Graßmann

Theologischer Vorstand des Diakonischen Werks Augsburg e.V.







1. Mit Märchen gegen Trauma



1. Mit Märchen gegen Trauma

Geschichten gibt es in allen Weltreligionen, in allen Kulturen gibt es Sagen und Fabeln. Sie verändern ihr Gesicht, passen sich an die aktuelle Zeit an und entstehen immer wieder neu, behalten jedoch ihre überlieferte Weisheit bei. Gute und spannende Geschichten handeln von Lebewesen, die sich auf den Weg machen und Schwierigkeiten meistern müssen, von Heldinnen und Helden, die beinahe scheitern, sich wieder aufrappeln und weitermachen. Oft gibt es überraschende Wendungen – ganz wie im richtigen Leben.

Märchen sprechen die Lebenswelt von Kindern emotional an und bieten Vorbilder, sie helfen bei der Angstbewältigung und stärken das Vertrauen darauf, dass Krisen gelöst werden können. Sie sind vielleicht die älteste Art der Lebenshilfe. Die Vielschichtigkeit der Geschichten regt zum Nachdenken an, ohne direktiv die „eine“ Lösung vorzugeben. Der spielerische Umgang mit den lebensnahen Herausforderungen in Märchen aus aller Welt verleiht schweren Themen Leichtigkeit, öffnet die Sinne für kreative Handlungsmöglichkeiten und zeigt auf, dass diejenigen, die zunächst schwach und machtlos erscheinen, so schlau, stark und heldenhaft werden können, dass sie das Böse überwinden. Daraus erwachsen Mut und Hoffnung, dass das Leben wieder gut wird.

Mit dem vorliegenden Buch wenden wir uns an pädagogische Fachkräfte, die mit traumatisierten Kindern arbeiten und Freude an Märchen und Geschichten haben. Im Rahmen des Augsburger Modellprojekts **Mit Märchen gegen Trauma** entwickelten wir einen Leitfaden, der die praktische Umsetzung märchenpädagogischer Stabilisierungsgruppen anregen und begleiten kann. Dieser beinhaltet sowohl Hintergrundinformationen zur Trauma- und Märchenpädagogik als auch geeignete Geschichten und Gestaltungsideen zur Durchführung eigener Gruppen.

Die konzipierten Stabilisierungsgruppen sind ein pädagogisches Angebot, kein therapeutisches. Sie sind kein Ort, um über persönliche Traumata zu sprechen und diese aufzuarbeiten. Vielmehr sind die Geschichten unser „Werkzeug“ für stellvertretendes Lernen, indem sich die Kinder mit den Hauptpersonen im Märchen identifizieren können. Auf diese Weise können wir über Probleme und Lösungen sprechen, ohne zu viel von uns preisgeben zu müssen. Dieser Kniff setzt Kreativität frei und ist gleichzeitig in hohem Maße grenzwahrend. Die Kinder lernen mithilfe der Geschichten, welche Strategien sie anwenden können, wenn sie beispielsweise ängstlich sind, von Gefühlen überschwemmt werden oder wie sie ihre Alpträume überwinden können.



Dabei bieten die Gruppenstunden den Kindern den Freiraum, sich selbst als Heldinnen und Helden erleben zu können – denn nichts weniger sind sie. Immer wieder erfahren wir auf berührende Art und Weise, welche Größe die Kinder angesichts ihrer belasteten Lebenssituation zeigen können und sind dankbar, sie auf ihrem Weg zurück in den Alltag begleiten zu dürfen. Vielleicht können wir Ihnen Mut machen, sich selbst auf eine märchenhafte Reise zu begeben und unsere Ideen einfach mal auszuprobieren.

Wie alles begann

Es war einmal... ein Lockdown während der Corona-Pandemie. Lange Zeit waren Gruppenaktivitäten kaum möglich und die Menschen mussten auf viele Sozialkontakte verzichten, um sich gegenseitig vor Ansteckung zu schützen. Es war klar, dass vor allem Kinder mit zusätzlichen Belastungen besondere Unterstützung brauchen würden, sobald dies wieder möglich wäre. Die Zeit im Lockdown war neben aller Schwere auch eine Zeit für neue Visionen, wie Kindern auf wirkungsvolle Art und Weise künftig geholfen werden kann.

Die Konzeption des Projekts verlief ähnlich wie die Heldenreise, auf die wir die Kinder später schicken würden: Sich auf den Weg machen, weil die Not groß und Stillstand keine Lösung ist, Schwierigkeiten begegnen und Lösungen finden, um Hilfe fragen und diese wie von Zauberhand erhalten und schließlich ans Ziel gelangen. Im Rucksack hatten wir viel Erfahrung mit der Arbeit mit geflüchteten Kindern, Wissen über Traumapädagogik und mündliches Erzählen, zauberhafte Geschichten sowie eine große Portion Wagemut.

Aktion Mensch bewilligte schließlich eine Förderung für fünf Jahre und Ende 2021 konnten wir starten. Andere Spendenorganisationen gaben ebenfalls eine Anschubfinanzierung. Mit dabei waren die *Michael Wagner Stiftung „Kinderlachen“*, die *Stiftung Kartei der Not*, der *Gewinnspareverein der Sparda-Bank Augsburg*, *Antenne Bayern hilft* und einige private Spenderinnen und Spender. An dieser Stelle ein herzlicher Dank an alle, die mitgeholfen haben, dass dieses Projekt möglich wurde. Trägerin des Projekts ist die Diakonie Augsburg, die uns in jeder Hinsicht unterstützte und großes Vertrauen in uns hatte.

Das Projekt kam damals genau zur richtigen Zeit: Viele Kinder hatten mit den psychischen Belastungen durch Homeschooling und reduzierte Sozialkontakte Schwierigkeiten, im Alltag klarzukommen. Die Einschränkungen betrafen alle Kinder, aber Kinder mit zusätzlichen Belastungen, wie beispielsweise traumatischen Erfahrungen, litten wohl am meisten darunter. Dies war in unserer pädagogischen Arbeit mit geflüchteten Menschen deutlich zu beobachten. Letztendlich ist das Projekt jedoch so konzipiert, dass geflüchtete und nicht geflüchtete Kinder gleichermaßen teilnehmen und profitieren können. Dieser inklusive Ansatz hat sich als hilfreich und zielführend erwiesen, die Kinder lernen viel voneinander. Zugleich bieten die Gruppen die Möglichkeit, sich weitgehend leistungsfrei zu begegnen:





2. Traumatisierung und Stabilisierung



2. Traumatisierung und Stabilisierung

Mit dem nachfolgenden Kapitel möchten wir Ihnen das nötige Hintergrundwissen über Trauma und Traumapädagogik mit auf den Weg geben. Wir beziehen uns dabei auf jene Inhalte, die wir für die Umsetzung der Gruppenkonzeption als relevant erachten. Es handelt sich demnach um Grundlagen und Umriss eines komplexen Begriffs und einer Pädagogik, die wir in ihrer theoretischen wie praktischen Ausformung hier nicht gänzlich darlegen können. Dennoch versuchen wir, zentrale Deutungen und Haltungen kurz zusammenzufassen, um Ihnen einen Überblick über die Auswirkungen traumatischer Erfahrungen auf das Leben und einige Möglichkeiten der Stabilisierung zu geben.

Was ist ein Trauma und wie wirkt es sich aus?

Der Begriff „Trauma“ kommt ursprünglich aus dem Altgriechischen und bedeutet so viel wie „Verletzung“. Mit Trauma ist weniger das Ereignis an sich gemeint, sondern vielmehr die Folge dessen: eine **Verletzung der Seele**. Ein Ereignis mit traumatisierendem Potential kann eine schwere Erkrankung, eine Pandemie, der Verlust von Angehörigen, ein Unfall, eine Naturkatastrophe, ein Krieg, sexualisierte Gewalt, körperliche und psychische Gewalt, Folter, Flucht und vieles mehr sein. Auch die Beobachtung eines solchen Ereignisses kann traumatisierend wirken. Für Kinder führen traumatische Erfahrungen dazu, dass ihr gerade erst entstehendes Selbstbewusstsein und ihr Vertrauen in die Welt beschädigt wird oder gar verloren geht (vgl. Krüger 2021, S. 19).

In der Psychotraumatologie definieren Fischer & Riedesser (2023) ein psychisches Trauma als

„vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und den individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit Gefühlen von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine dauerhafte Erschütterung von Selbst- und Weltverständnis bewirkt“ (ebd., S. 88).

Baierl (2016) betont die Prozesshaftigkeit einer Traumatisierung und weist darüber hinaus auf „dauerhafte Veränderungen von Denken, Fühlen und Handeln“ (ebd., S. 24) hin. Eine traumatische Situation kann mit den üblichen Bewältigungsstrategien nicht gelöst werden, vielmehr erleben die Betroffenen eine derart existenzielle Ausweglosigkeit, dass ihr Gehirn aus Selbstschutz in ein genetisch vorprogrammiertes **Notprogramm** schaltet: Kampf oder Flucht. Ist beides nicht möglich, kommt es zur Erstarrung, um eine innere Distanz zum Geschehen herzustellen und das Überleben sicherzustellen. Dabei kann es zur Derealisation kommen, indem die Umgebung als unwirklich wahrgenommen wird, oder zur Depersona-



lisation, wenn sich die betroffene Person im eigenen Körper nicht spüren kann oder sich unbeteiligt fühlt (vgl. Scherwath/Friedrich 2016, S. 21-23 in Anlehnung an Huber 2009). In der Folge werden Erinnerungen dissoziiert, das heißt, nicht mehr als vollständige Geschichte mit Anfang und Ende im Großhirn abgespeichert, sondern nur noch als Erinnerungsfetzen, die als Schreckensbilder plötzlich wieder auftauchen können. Der umfassende Kontrollverlust und die lückenhaften Erinnerungen machen den Betroffenen Angst und erzeugen extremen Stress.

Als Außenstehende ist es hilfreich nachzuvollziehen, was das Notprogramm im Gehirn auslöst und verändert, genauer gesagt im Hippocampus und in der Amygdala. Im Hippocampus verarbeiten wir Gelerntes und Erlebtes, während in der Amygdala „die mit einer Erfahrung verbundenen Gefühle gespeichert werden“ (Reddemann/Dehner-Rau 2018, S. 29). Dieses Zusammenspiel erwirkt, dass wir z. B. aus unangenehmen Erfahrungen lernen und Auslöser in Zukunft vermeiden. In einer Situation mit traumatisierendem Potenzial kann diese Verbindung jedoch gestört werden:

„Große Angst bewirkt zwar rasches Lernen, verhindert aber die Verknüpfung des Neu-zu-Lernenden mit bereits bekannten Inhalten. So werden bestimmte, mit starker Angst verbundene Erlebnisse nicht vergessen, können aber nicht in einen Gesamtzusammenhang gebracht werden“ (ebd.).

Gelingt die Bewältigung der akuten Belastungssituation durch Flucht, Kampf oder andere Strategien, kann es gut sein, dass die auftretenden Symptome wie Verstörung, Unruhe und Schlafprobleme durch Selbstheilungsprozesse wieder abklingen. Wenn das Ohnmachtsgefühl sich jedoch nicht auflösen lässt und die Symptome anhalten oder sich intensivieren, kann eine posttraumatische Belastungsstörung vorliegen. Diese äußert sich vor allem durch **Überregung, Intrusionen und Vermeidung** (vgl. Scherwath/Friedrich 2016, S. 26f. in Anlehnung an Huber 2009). Kinder äußern Überregung beispielsweise durch Unruhe, Hyperaktivität, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, Aggressivität und teils auch Gewalttätigkeit. Krüger (2021) beschreibt:

„Die Kinder leiden unter diesen Symptomen, denn sie haben Einfluss auf das Beziehungsleben. Die Kinder fallen in der Schule auf, die Konzentrationsstörungen führen zu Einbußen schulischer Leistungen. Aggressives, unberechenbares Verhalten ‚nervt‘ die Familie, die Mitschüler und Lehrer oder Erzieher – das Kind oder der Jugendliche zieht sich beschämt zurück und wird sozial ausgegrenzt, was zusätzlichen Stress verursacht und die Situation wiederum verschärft“ (ebd., S. 35).

Intrusionen äußern sich als überwältigendes Wiedererleben des traumatisierenden Ereignisses und werden auch als Flashbacks bezeichnet, sie werden über viele Sinne gleichzeitig wahrgenommen und lassen den Stress erneut akut werden. Die Situation fühlt sich genauso





3. Vom Zauber der Geschichten



3. Vom Zauber der Geschichten

Kinder lieben Geschichten. In Märchen wird typischerweise eine sehr einfache, lebendige und bildhafte Sprache verwendet, die es Kindern erleichtert, emotional teilzunehmen, mit den Heldinnen und Helden mitzufühlen und die Geschichte richtig mitzuerleben. Sie begegnen wundersamen Wesen und rätseln aktiv mit, wie die Handlungen verlaufen könnten. In allen Ländern der Welt wird gesprochener Erzählkultur für Kinder und Erwachsene hohe Bedeutung zugemessen. Geschichten regen zum Nachdenken an und öffnen gedankliche Türen. Die Hauptpersonen der Erzählungen meistern oft schwierige Situationen und dienen als Vorbilder für vielseitige Bewältigungsstrategien, meist basierend auf „kollektiven Erfahrungen der Schicksals- und Reifungswege der Menschen“ (Pertler/Pertler 1995, S. 11). Ihnen wohnt eine tradierte Weisheit inne.

Wer von Märchen hört, denkt oft zuerst an die Märchensammlung der Gebrüder Grimm. Diese wurde Anfang des 19. Jahrhunderts niedergeschrieben und muss auch in ihrem zeitlichen Kontext betrachtet werden. Damals waren die Erziehungsziele und Weltdeutungen andere. Da wir uns weniger auf die deutschsprachige Märchentradition beziehen, sondern vielmehr die universellen Weisheiten in Geschichten aus aller Welt hervorheben, unterscheiden wir die Begriffe nicht trennscharf: Für uns sind Märchen und Geschichten überlieferte Erzählungen aus aller Welt, die sich entsprechend ihres Kontextes immer wieder neu erfinden. Wir haben daher viele Geschichten, auch Märchen der Gebrüder Grimm neu verfasst, ohne den Kern ihrer Weisheit zu verändern. Sie behalten weiter den Charakter einer zeitlosen, wundersamen Welt.

Nicht nur im pädagogischen Kontext, sondern auch in verschiedenen Fachrichtungen der Psychotherapie und im Coaching wird mit Geschichten gearbeitet. Dabei herrscht die Überzeugung vor, dass der Mensch die Lösungen bereits in sich trägt. Geschichten sind weniger direktiv als gezielte Ratschläge und können Betroffenen helfen, ihre Fähigkeiten und Problemlösekompetenzen (wieder) zu finden und eigene Lösungsstrategien zu entwickeln (vgl. Peseschkian/Torres 2024).

Erzählen statt Vorlesen

Freies Erzählen hat gegenüber vorgelesenen Geschichten den Vorteil, dass die erzählende Person wahrnimmt, ob das Gesprochene verstanden wird. Beim Erzählen begegnen Sie den Kindern auf Augenhöhe, Sie können Blickkontakt halten und auf fragende Gesichter reagieren. Die Kinder sind zusätzlich motiviert, wenn sie in die Geschichte miteinbezogen werden und Ideen äußern dürfen. Bei unruhigen Kindern kann es hilfreich sein, gemeinsame Geräusche oder Bewegungen einzubauen, z. B., wenn der Wind pfeift oder in der Geschichte jemand mutig einen Schritt nach vorne geht. Am wichtigsten wird jedoch Ihre Begeisterung für die Geschichte sein, um die Neugierde der Kinder zu wecken und eine kommunikative Verbindung herzustellen. Falls Sie sich das freie Erzählen (noch) nicht zutrauen: Beginnen Sie mit lebendigem Vorlesen. Wenn Sie die Geschichte in ihrem Kopf selbst erleben, wird



Ihnen das freie Erzählen bald leichtfallen. Wählen Sie Ihre eigenen Worte und lassen Sie sich emotional auf die Geschichte ein, um den Kindern Ihre Begeisterung mitzugeben.

Aus pädagogischer Perspektive ist mitunter die Nachbesprechung eines gehörten Märchens bedeutsam, um die Kinder mit ihren Gefühlen und Fragen nicht allein zu lassen (vgl. Pertler/ Pertler 1995, S. 13). Dabei können verschiedene Deutungen und Sichtweisen besprochen und Rückschlüsse auf das Erleben der Kinder gezogen werden. Welche Themen haben die Kinder fasziniert, welche Gefühle stehen im Vordergrund? Vor allem bei jüngeren Kindern kann das Hinzuziehen einer Therapiepuppe hilfreich sein, um spielerisch über die Geschichte ins Gespräch zu kommen.

Geschichten als Imaginationsübung

Mit Geschichten trainieren Kinder ihre Vorstellungskraft. Geschichten helfen jedoch nicht nur den Heranwachsenden: Die renommierte Psychiaterin Luise Reddemann (2017) betont das Potenzial von Imaginationen und inneren Bildern als heilsam, ihre erwachsenen Patientinnen und Patienten erschaffen sich gedankliche sichere Räume und lassen sich von der Vorstellung und dem Vertrauen auf helfende Wesen in ihrer gedanklichen Welt leiten. Unserem Gehirn ist es egal, ob wir echte Erlebnisse haben oder sie uns nur vorstellen. Übungen der Imagination ermöglichen, der inneren Weisheit zu vertrauen und fördern Kreativität, Ressourcen und den Mut, Neues auszuprobieren. Sie helfen dabei, dass traumatisierte Menschen in Kontakt zu ihren inneren Kraftquellen kommen und in dem Bewusstsein bestärkt werden, sich selbst heilen zu können. Sie bekommen mehr Mitgefühl für sich selbst und erschaffen „im eigenen Innern, auf der ‚inneren Bühne‘, diese ganz und gar gute Welt [...], um dort den Rückhalt, die Stärke und den Trost zu finden, die im Äußeren niemals in der gewünschten Vollkommenheit anzutreffen sind“ (ebd., S. 33).

Märchen sind mit ihren Archetypen und Symbolen bestens für das Schauspiel auf der inneren Bühne geeignet. Gerade weil sie Figuren und Handlungen beinhalten, die es in der wirklichen Welt gar nicht gibt, können die Kinder sie gut annehmen und sich zugleich von ihnen abgrenzen. Zur Deutung der tradierten märchentypischen Symbole gibt es verschiedene und insbesondere tiefenpsychologische Strömungen (vgl. Pertler/Pertler 1995, S. 25), auf die wir hier nicht weiter eingehen. Den Kindern obliegt eine individuelle Deutungshoheit über die „Märchenweisheit“, wenngleich die Symbolik der Figuren und Handlungen wohl unbewusst verarbeitet und weitergetragen wird. Neben der rational-kognitiven Lesart von Märchen sprechen diese auch unser tiefes Inneres an – oder wie Antoine de Saint-Exupéry (2000) dem (symbolhaft schlauen) Fuchs in den Mund legt:

„Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“
(der Fuchs in *Der kleine Prinz*)





4. Gestaltung der Gruppenstunden



4. Gestaltung der Gruppenstunden

In diesem Kapitel werden zunächst die Grundzüge der zugrundeliegenden Idee von traumasensibler Gruppenpädagogik dargelegt, bevor Einblick in die Gestaltung einer exemplarischen Gruppenstunde gegeben wird. Wir haben uns dazu entschlossen, nicht jeden Ablauf detailliert zu schildern, da Sie die Konzeption ohnehin an Ihre Ressourcen und Fähigkeiten anpassen müssen. Für den chronologischen Überblick können Sie sich in der Geschichte *Kleine Heldinnen und Helden auf der Reise* kurz und knapp durch alle acht Gruppenstunden hindurchführen lassen. Ein ausführlicher Einblick in die Geschichten und deren Thematisierung folgt schließlich in Kapitel 5.

Traumasensible Gruppenpädagogik

Unser Gruppenkonzept setzt auf gegenseitige Unterstützung der Kinder untereinander, es ist ein gezielter Lernort, an dem Kinder von anderen Kindern lernen können. Jedes Kind ist hier wichtig, alle werden gesehen und gehört, alle sind Teil der Gruppe. Die Gruppe ist hier der **sichere Ort**, an dem sich die Kinder treffen, voneinander lernen und sich ausprobieren können, denn in Stabilisierungsgruppen kommen die Kinder in einem eng begleiteten Rahmen ganz anders in Kontakt zu anderen Kindern als dies in Schule oder Hort möglich ist. Die Kinder erfahren sich hier als Teil der Gruppe abseits von Rollenzuschreibungen und Leistungserwartungen, weil hier alle Kinder neu sind. Als wichtig erachten wir dabei eine **strukturierte pädagogische Rahmung**, damit die Kinder im Gruppensetting nicht sich selbst überlassen sind. Ein enger Personalschlüssel gibt den Kindern zusätzlichen Halt, weshalb wir auch den Einbezug von Ehrenamtlichen empfehlen. Die Vorlage eines aktuellen erweiterten polizeilichen Führungszeugnisses zum Schutz der Kinder ist dabei obligatorisch.

In den Stabilisierungsgruppen lernen die Kinder ihre Probleme im Verhalten oder in ihrer individuellen Entwicklung zu reflektieren und im besten Fall zu überwinden. Die positiven Erfahrungen, die sie in den Gruppen machen, sind teilweise die ersten seit langem. In unseren Gruppen waren auch Kinder, die z. B. nicht mehr zur Schule gehen wollten oder die durch oppositionelles Verhalten ihren Hortplatz verloren haben. In der Gruppe haben sie die simple, aber grundlegende Erfahrung gemacht, dass sie als Mensch in Ordnung sind, so wie sie sind. Mit dieser positiven Erfahrung kann sich der nächste Hortplatz dann als unproblematisch erweisen. Als pädagogische Fachkraft ist es wichtig, die guten Gründe hinter dem Verhalten zu erkennen und das eigene Handeln dahingehend zu orientieren. Zudem hat die **Gruppendynamik** einen enormen Einfluss auf das Wohlbefinden und Sozialverhalten der Kinder. Es gilt daher, die Dynamik zwischen den Kindern und auch zwischen den Erwachsenen und den Kindern stets zu reflektieren und verantwortungsvoll zu gestalten, Respekt und Zusammenhalt zu fördern und jede Art von Ausgrenzung zu verhindern (vgl. Bausum



et al. 2025, S. 50). Bedeutsam sind dabei **Rituale**, die in einer neuen Gruppe Halt geben und den Kindern Verlässlichkeit und Orientierung bieten. Daher ist der gesamte Ablauf jeder Gruppensitzung mit wiederkehrenden Elementen gestaltet.

Alle Kinder wissen, dass die anderen teilnehmenden Kinder auch traumatische Erfahrungen in ihrem Leben gemacht haben, aber sie wissen nicht welche. Alle wissen, wie schwer es ist mit einer großen psychischen Belastung zu leben. Die Kinder helfen sich damit gegenseitig durch Schwierigkeiten, teilen ihr Mitgefühl und bestärken lösungsorientiertes Verhalten. Beispielsweise machen viele traumatisierte Kinder die Erfahrung, ausgeschlossen und gemobbt zu werden. In der Gruppe ist Raum dafür, dass sie von ihren Erfahrungen berichten und dass betroffene Kinder merken, dass sie nicht allein mit dem Problem sind. Oft entspinnt sich dann eine Diskussion darüber, was in einem solchen Fall hilft, und die Kinder coachen sich gegenseitig. So steigern sie aktiv ihre Sozialkompetenz und ihr Selbstbewusstsein und zugleich lernen sie, Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu übernehmen. Anderen zu helfen ist ein Thema, welches traumatisierten Kindern hilft, sich selbst als wirksam und wichtig zu erleben, als kompetent und sinngebend. Wie wichtig **Sinn im Leben** ist, beschreibt nicht nur Viktor Frankl (2020), der als Psychiater die Torturen mehrerer Konzentrationslager im Nationalsozialismus überlebte, sondern z. B. auch die positive Psychologie, ein stark ressourcenfokussierter Ansatz in der Psychotherapie (vgl. Peseschkian/Torres 2024, S. 11).

Die Gruppe ist ein geschützter Erfahrungsraum für traumatisierte Kinder, der ihnen zeigt, dass sie auch mit dem, was geschehen ist und nicht mehr ungeschehen gemacht werden kann, liebenswert und geschätzt sind. Die Fähigkeit zur Kooperation hilft traumatisierten Kindern, Probleme im Sozialverhalten hinter sich zu lassen und vermittelt positive Erfahrungen und Einsichten im Umgang mit anderen.

In einer auf acht Treffen begrenzten Gruppe ist es spannend, die Gruppenphasen zu beobachten. Am Anfang sind alle noch schüchtern und zurückhaltend, in der Mitte der Gruppe fühlen sie sich sicher, werden offener, schließen Freundschaften, müssen Konflikte durchstehen und diese konstruktiv lösen lernen. Gegen Ende des Gruppenangebots kommt dann der Abschiedsschmerz auf, aber auch Stolz, so viel gelernt zu haben und Teil dieser besonderen Gruppe gewesen zu sein.

Exemplarischer Ablauf

Es versteht sich von selbst, dass es während der zweistündigen Gruppensitzung nicht nur Märchen zu hören gibt. Um jeweils ein Thema zu vertiefen, erzählen wir pro Termin eine passende Geschichte, auf der die weitere Konzeption der Stunde aufbaut. In manchen Gruppen kann es sinnvoll sein, vorab Gruppenregeln zu kommunizieren und gut sichtbar aufzuhängen, damit sich alle wohlfühlen können. Unsere Regeln haben wir so formuliert:





5. Geschichten- sammlung



5. Geschichtensammlung

Das Herzstück des Konzepts sind die Geschichten. Dadurch, dass jede Geschichte ein eigenes Thema aufgreift, baut die gesamte Gruppenstunde auf der Geschichte auf. Abgerundet wird die Botschaft mit Musik, Bewegung, einer passenden Bastelarbeit und geeigneten Spielen – zumindest in unseren Gruppenstunden. Sie können unsere Ideen gerne aufgreifen, aber wir möchten Sie auch ermutigen, Ihren eigenen Weg zu finden und die Konzeption entsprechend Ihrer Vorstellung und Ressourcen anzupassen. Vielleicht inspiriert Sie nur eine Idee, vielleicht eine ganze Geschichte, vielleicht möchten Sie eine Geschichte ganz neu erfinden.

Um eine weitreichende Identifikation der Kinder zu ermöglichen, haben wir auf die Namensgebung für die Hauptpersonen verzichtet, da Namen auch immer eine kulturelle Einbettung mit sich bringen. Wir lassen ein Mädchen, einen Jungen und ein Kind durch die Geschichten reisen, um möglichst kultur- und gendersensibel zu erzählen. Ob uns das gelingt, wissen wir nicht – wir wollten es aber zumindest versuchen.

Die Erzählungen für die Gruppe folgen dem Grundmuster der Heldenreise. Damit die Kinder die Geschichten auch in Beziehung zueinander setzen, erstellten wir eine fortlaufende Abenteuergeschichte von zwei Kindern auf ihrer Reise, aufgeteilt in acht Etappen. Die beiden erleben sowohl gemeinsam als auch getrennt Abenteuer und gefährliche Situationen, aus denen sie dank ihrer Fähigkeiten und der Hilfe magischer Wesen wieder herausfinden, bis sie in der letzten Geschichte entdecken, dass sie Glückskinder sind und es im Leben wieder gut werden wird.

Keine der Geschichten jedoch ist komplett erfunden, aber auch keine haben wir so übernommen, wie wir sie gelesen oder gehört haben. Bevor es Bücher gab, wurden Geschichten mündlich weitergegeben und sie gingen mit der Zeit und den jeweils aktuellen Gegebenheiten. Wir verstehen das Erzählen von Geschichten als kreativen Prozess, um die Weisheit dieser Geschichten für Kinder, die in der heutigen Welt aufwachsen, verständlich zu machen.

Nach jeder Geschichte verweisen wir auf die traumapädagogische Anschlussfähigkeit und mögliche Gesprächsimpulse für die Kinder. Auch hier möchten wir jedoch betonen: Jede und jeder ist frei, die eigene Sichtweise einzubringen. Das ist ja das Schöne an Geschichten – sie eröffnen einen unendlichen Deutungsspielraum und verändern sich mit jeder Lesart ein Stück weiter.



Der Prinz mit den Eselsohren

Diese Geschichte stammt wohl aus Portugal. Im Mittelpunkt steht der Umgang mit einem belastenden Geheimnis, für das es nur eine Lösung gibt: Den Mut fassen und es endlich offen aussprechen. Vor allem Kinder, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, kennen dieses Gefühl, aber auch für alle anderen ist die Botschaft der Geschichte grundlegend.

Handlung

Ein Prinz wird vor seiner Geburt von einer schlecht gelaunten Fee verwunschen und mit Eselsohren geboren. Aber wie sollte er mit denen mal ein König werden? Seinen Eltern war wichtig, dass er die Ohren unter einer Mütze versteckt und sie niemand je zu sehen bekommt, bis der Prinz älter wird und ein Friseur ihm die Haare schneiden muss. Der Friseur muss das Geheimnis für sich bewahren und droht daran zu zerbrechen. Letztlich gelangt das Geheimnis dann doch an die Öffentlichkeit und der König macht den Friseur dafür verantwortlich, ihm droht eine schwere Strafe. In diesem Moment erkennt der Prinz, dass es keinen Sinn macht, die Eselsohren weiterhin zu verheimlichen, schließlich kann der Friseur nichts dafür, dass er dieses Geheimnis mit sich herumtragen muss. Er nimmt all seinen Mut zusammen, zieht die Mütze aus und verkündet, dass er auch mit Eselsohren ein guter König sein kann. Alle sind beeindruckt von seinem Mut und keiner erinnert sich mehr an die Eselsohren – sie verschwinden oder verschwinden aus dem Blick, weil der Prinz mutig und offen ist und ein guter König wird.

Gegenstände für die Kreismitte:

Eselsfigur, Krone, Flöte, Schere und Kamm, Mütze



Der Prinz mit den Eselsohren

Es waren einmal ein Junge und ein Mädchen. Sie lebten mit ihren Eltern in einem hübschen Haus in einem kleinen Dorf. Hinter dem Haus gab es Gärten mit Gemüse und die Eltern verkauften das Gemüse auf dem Markt, während die Kinder zur Schule gingen. An den langen Abenden versammelten sich die Menschen aus dem Dorf um ein Feuer, wärmten sich daran, sahen in den klaren Sternenhimmel und hörten die Geschichten, die die Alten erzählten. So lebten sie einfach, aber glücklich und zufrieden.

Eines Tages jedoch mussten sie ihr Dorf verlassen, denn das Leben dort war wüst geworden und sie gingen weit weg in ein fernes Land. Unterwegs schliefen sie draußen und aßen das Brot, das ihnen fremde Menschen schenkten.

Schließlich kamen sie in eine Stadt mit einem Königsschloss. Der Schlosshof war offen, dort gab es zu essen und zu trinken für alle Kinder und es gab dort sogar einen Prinzen – einen Prinzen, der keine Krone auf dem Kopf hatte, sondern eine Mütze! Aber warum hatte der Prinz eine Mütze auf dem Kopf? Das fragten sich alle, aber niemand durfte darüber reden. Es war ein Geheimnis und über dieses Geheimnis durfte niemand im Land sprechen. Der König hatte das verboten und jeder, der darüber sprach, sollte bestraft werden. Alle sollten so tun, als ob es normal wäre, dass der Prinz statt einer Krone eine Mütze auf dem Kopf hat.

Auch der Junge und das Mädchen wunderten sich, fragten aber nicht nach, denn sie wollten nicht, dass die Eltern des Prinzen, der König und die Königin, böse auf sie wurden und sie bestraften. Und so blieben sie still wie alle im Land.

Ich aber verrate euch jetzt, wie es dazu kam, dass der Prinz eine Mütze auf dem Kopf hatte:

Der König und die Königin waren einstmals sehr traurig, weil sie keine Kinder hatten. Sie versuchten alles, aber ein Kind bekamen sie nicht. Da ließ der König drei Feen rufen, die sollten ihnen helfen, ein Kind zu bekommen. Die Feen versprachen, den Wunsch zu erfüllen und bei der Geburt im Königsschloss zu sein. Nach neun Monaten wurde dem Königspaar ein Sohn geboren, und die Feen schenkten dem Kind ihre Gaben:

Die erste Fee sprach: „Du sollst der schönste Prinz der Welt werden.“

Die zweite Fee sprach: „Du sollst zudem sehr friedliebend und klug werden.“

Die dritte Fee aber ärgerte sich, dass die beiden ersten ihr schon so viele gute Gaben vorweggenommen hatten. Es wollte ihr nichts Besseres mehr einfallen, und darum rief sie:



Literaturangaben

- Baierl, Martin (2016): Mit Verständnis statt Missverständnis: Traumatisierung und Traumafolgen. In: Baierl, Martin/Frey, Kurt (Hrsg.): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 21-46.
- Baierl, Martin (2016): Liebe allein genügt nicht, doch ohne Liebe genügt nichts: Werte und Haltung in der Traumapädagogik. In: Baierl, Martin/Frey, Kurt (Hrsg.): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 47-55.
- Baierl, Martin (2016): Dir werde ich helfen: Konkrete Techniken und Methoden der Traumapädagogik. In: Baierl, Martin/Frey, Kurt (Hrsg.): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 80-107.
- Bausum, Jacob/Eichhorst, Sarah/Freude, Hedi/Maissen, Lucas/Schirmer Claudia (2025): STANDARDS für Traumapädagogische Konzepte in der stationären Kinder- und Jugendhilfe. 2. Auflage. Herausgegeben vom Fachverband Traumapädagogik e.V. und dem Schweizer Fachverband Traumapädagogik. Abrufbar unter: https://fachverband-traumapaedagogik.org/wp-content/uploads/2025/05/standards_KJH_final_02.pdf, letzter Zugriff: 06.02.2026.
- Beushausen, Jürgen/Schäfer, Andreas (2021): Traumaberatung in psychosozialen Arbeitsfeldern. Eine Einführung für Studium und Praxis. Opladen und Toronto: Verlag Barbara Budrich.
- Campbell, Joseph (2022): Der Heros in tausend Gestalten. Deutsche Erstausgabe. Berlin: Insel Verlag.
- Fischer, Gottfried/Riedesser, Peter (2023): Lehrbuch der Psychotraumatologie. 6. Auflage. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Frankl, Viktor E. (2020): Wer ein Warum zu leben hat. Lebenssinn und Resilienz. 3. Auflage. Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Fröhlich-Gildhoff, Klaus/Rönnau-Böse, Maike (2024): Resilienz. 7., aktualisierte Auflage. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Geister, Oliver (2010): Kleine Pädagogik des Märchens. Begriff – Geschichte – Ideen für Erziehung und Unterricht. Mit 19 Märchen und zwei Beiträgen von Christian Peitz. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Hehmsoth, Carl (2021): Traumatisierte Kinder in Schule und Unterricht. Wenn Kinder nicht wollen können. Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt.
- Kindertraumainstitut (2011): PROPS Traumascreening-Skala für Kinder/Jugendliche. Abrufbar unter: https://www.kindertraumainstitut.de/de/Materialien/26-PROPS_Traumascreening-Skala_fuer_Kinder---Jugendliche, zuletzt überprüft am 20.01.2026.



- Krüger, Andreas (2021): Erste Hilfe für traumatisierte Kinder. Mit einem Vorwort von Luise Reddemann. 10. Auflage. Ostfildern: Patmos Verlag.
- Kühn, Martin (2013): „Macht eure Welt endlich wieder mit zu meiner!“ Anmerkungen zum Begriff der Traumapädagogik. In: Bausum, Jacob/Besser, Lutz-Ulrich/Kühn, Martin/Weiß, Wilma (Hrsg.): Traumapädagogik. Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis. 3., durchgesehene Auflage. Weinheim und Basel: Beltz Juventa, S. 24-37.
- Kühn, Martin (2014): Traumapädagogik – von einer Graswurzelbewegung zur Fachdisziplin. In: Gahleitner, Silke Birgitta/Hensel, Thomas/Baierl, Martin/Kühn, Martin/Schmid, Marc (Hrsg.): Traumapädagogik in psychosozialen Handlungsfeldern. Ein Handbuch für Jugendhilfe, Schule und Klinik. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 19-26.
- Pertler, Cordula/Pertler, Reinhold (1995): Kinder erleben Märchen. Methoden und Ideen. München: Don Bosco Verlag.
- Peseschkian, Farid/Torres Diego (2024): Therapeutische Narration. Anekdoten und Aphorismen für Psychotherapie und Selbsthilfe. Wiesbaden: WAPP Press.
- Reddemann, Luise (2017): Imagination als heilsame Kraft. Ressourcen und Mitgefühl in der Behandlung von Traumafolgen. 20. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Reddemann, Luise/Dehner-Rau, Cornelia (2018): Trauma heilen. Ein Übungsbuch für Körper und Seele. 5. Auflage. Stuttgart: TRIAS Verlag.
- Scherwath, Corinna/Friedrich, Sibylle (2016): Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung. 3., aktualisierte Auflage. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Schieder, Brigitta (2000): Märchen machen Mut. Ein Werkbuch zur Werteerziehung und Persönlichkeitsentfaltung von Kindern. München: Don Bosco Verlag.
- Wedra, Karin/Greiner-Burkert, Barbara (2017): Mit Märchen zur Ruhe kommen. Geschichten, Spiele und Entspannung für Kinder von 4 bis 8. 2. Auflage. München: Don Bosco.
- Werner, Emmy (1992): The children of Kauai: Resiliency and recovery in adolescence and adulthood. In: Journal of Adolescent Health, Vol. 3 (4), S. 262-268.
- Wiesing, Sabrina (2016): Körperliche Stabilisation traumatisierter Jugendlicher in der stationären Jugendhilfe. In: Baierl, Martin/Frey, Kurt (Hrsg.): Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 171-184.
- Wilkes, Johannes (2016): Was Märchen zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen beitragen. In: Televizion, Jg. 29 (1), S. 50-53.
- Wustmann, Corina (2011): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. 3. Auflage. Berlin: Cornelsen Verlag.



Danksagung

Für die Möglichkeit, neue pädagogische Ideen in der Praxis zu testen und weiterzuentwickeln, danken wir in erster Linie *Aktion Mensch* mit ihrer großzügigen Förderung. In der Konzeption des Projekts war viel Freiheit und Kreativität vorgesehen, die wir umfassend nutzen konnten. Dass die Gruppenstunden schließlich so niederschwellig, empathisch und hochwertig durchgeführt werden konnten, verdanken wir nicht zuletzt den vielen Ehrenamtlichen, die uns begleitet haben. Vor allem möchten wir uns bei Anika, Leonie, Adelina, Uschi und Andrea bedanken, die den Kindern stets mit einem großen Herzen begegnet sind und viele neue Impulse eingebracht haben.

Für die weitere finanzielle Unterstützung danken wir neben der *Aktion Mensch* der *Stiftung Antenne Bayern hilft*, der *Stiftung Kartei der Not*, der *Michael Wagner Stiftung „Kinderlachen“* und dem *Gewinnspareverein der Sparda-Bank Augsburg* sowie der *Diakonie Augsburg* und einigen privaten Spenderinnen und Spendern. Dank Ihrer finanziellen Förderung konnten wir die Kinder umfassend versorgen, ihnen mit ausreichenden Kapazitäten begegnen und sie auch über die Gruppenstunden hinaus begleiten. Danke, dass Sie sich mit uns für eine bessere Zukunft der Kinder einsetzen.

Ein großer Dank gilt dem Vorstandsteam des Diakonischen Werks Augsburg e.V. Pfarrer Fritz Graßmann, Michael Krause und Markus Bottlang sowie unserem Fachbereichsleiter Simon Will Oschwald, die so mutig waren, dieses Wagnis mit uns einzugehen und auf deren Unterstützung wir jederzeit bauen konnten. Herzlichen Dank für die Freiheit, den Rückhalt und das große Vertrauen in uns.

Natürlich möchten wir uns auch bei den Kindern und ihren Eltern bedanken, die sich auf unsere Gruppen eingelassen haben und mit ihren Rückmeldungen und Ideen dazu beigetragen haben, die Konzeption immer weiter anpassen zu können. Die Erfahrungen mit den Kindern haben die Geschichten erst lebendig werden lassen und uns das gesamte Spektrum der Gefühle näher gebracht. Wir haben so viel von euch und eurer Fantasie gelernt!



Schließlich bedanken wir uns bei allen, die uns ermutigt haben, dieses Projekt auf die Beine zu stellen und die uns auf dieser Abenteuerreise begleitet haben, insbesondere den Sprach- und Kulturmittlerinnen, die bei den Elterngesprächen übersetzt haben. Danke an unser großartiges Team im Fachbereich Migration und allen Menschen, auf deren Zuspruch wir uns verlassen konnten. Ein besonders großes Dankeschön richten wir an Gitti und Hedwig für die wertvollen Korrekturen beim Schreiben dieses Buchs. Vielen Dank auch an Sibylle und Alex vom Ziel-Verlag, für die Ermunterung und Unterstützung bei der Veröffentlichung dieses Praxisleitfadens.

Nun sind wir zufrieden am Ende dieses Projekts angekommen. Wie auch immer die Zukunft des Gruppenangebots in Augsburg aussehen mag: Wir freuen uns auf die immer wieder neuen, herausfordernden und erfrischenden Erfahrungen in der pädagogischen Arbeit mit Kindern.

Augsburg, im August 2026
Susanne Donn & Elisabeth Lehner



Die Autorinnen



*Elisabeth Lehner (li.)
Susanne Donn (re.)*

Susanne Donn ist Diplom-Pädagogin mit Zusatzqualifikationen als Traumapädagogin, Traumafachberaterin und Märchenpädagogin. Seit 2016 arbeitet sie im Fachbereich Migration der Diakonie Augsburg mit geflüchteten Menschen, derzeit in den Projekten Mit Märchen gegen Trauma und TAFF – Therapeutische Angebote für Flüchtlinge.

Elisabeth Lehner ist Erziehungswissenschaftlerin (M.A.) und Musikerin. Seit 2018 ist sie ebenfalls im Fachbereich Migration der Diakonie Augsburg tätig, insbesondere mit geflüchteten Kindern und Jugendlichen in Gemeinschaftsunterkünften und im Projekt Mit Märchen gegen Trauma.

Kontakt: maerchen@diakonie-augsburg.de



MEHR GESCHICHTEN IM ZIEL-VERLAG

SINN-VOLLE GESCHICHTEN 1+2+3

Drei Bücher voller Weisheiten, Lebensgeschichten und Impulse fürs Herz. Dank ausführlichem Stichwortverzeichnis finden Sie für viele Anlässe schnell die passende Erzählung. Auch eine wunderbare Geschenkidee für besondere Menschen.

Gisela Rieger

77+88+99=264 Weisheiten, Erzählungen und Zitate, die berühren und inspirieren.

**3-er Pack mit den „Sinn-vollen Geschichten“
Bände 1, 2 und 3**

mit 15 % Ersparnis gegenüber dem Einzelkauf!

24,99 Euro

*Jedes Buch kann auch separat für 9,80 Euro
erworben werden – auch als eBook erhältlich!*



**ZIEL –
die Experten
für handlungs-
orientiertes
Lernen**



Arbeiten mit Geschichten

50 Geschichten mit Gesprächsleitfaden
und praktischen Ideen

Gabriele Steinbach



Praktische Erlebnispädagogik

Geschichten wirken! Schon immer haben Menschen Wissen, Erfahrungen, Werte über Geschichten und Erzählungen weitertransportiert. Auch in der heutigen Zeit sind Geschichten ein wertvolles Instrument für die Arbeit mit Gruppen. Im Buch finden Sie 50 Kurzgeschichten aus aller Welt sowie praktische Übungen, um das jeweilige Thema zu vertiefen.

Gabriele Steinbach

**Arbeiten mit Geschichten | 50 Geschichten mit
Gesprächsleitfaden und praktischen Ideen**

140 Seiten, viele Abbildungen,
Spiele und Übungen, 19,80 Euro

**BESTELLUNGEN UND INFORMATIONEN
www.ziel-verlag.de**



HANDWERKSZEUG FÜR DIE ARBEIT MIT GRUPPEN

Uwe Benker

Große Übungssammlung Die Ideenbox für die Gruppenarbeit

Über 250 Übungen zu Vertrauen, Kennenlernen, Warm-Ups, Problemlösen und vielen weiteren Themen. Kompakt auf Karteikarten, schnell einsetzbar und ergänzt durch umfangreiche Downloadmaterialien. Perfekt für Praxis und unterwegs.

Besondere Highlights:

Über 250 Übungen und Spiele auf widersandsfähigen Karteikarten;
4-farb Druck; inklusive Trennkarten und ausführlicher Anleitung;
Mit vielen Arbeitsblättern und Informationen zum Download
Lieferung in stabiler Holzkiste (16 x 12 x 21 cm)



**ZIEL –
die Experten
für handlungs-
orientiertes
Lernen**



SimpleThings – einfach (und) wirkungsvoll. Das langersehnte Buch für alle, die mit minimalem Materialaufwand maximale Lern- und Erfahrungschancen schaffen möchten. Lassen Sie sich überraschen, welche Möglichkeiten Alltagsmaterialien bieten!

Jule Hildmann

Schatzkiste der Simple Things | Eine Sammlung erlebnisorientierter Lernprojekte mit Alltagsmaterial

192 Seiten, über 60 erlebnisorientierte Übungen, Aktivitäten und Lernprojekte, 19,80 Euro | Auch als eBook erhältlich

BESTELLUNGEN UND INFORMATIONEN
www.ziel-verlag.de



Märchen als Wegbegleiter in schwierigen Zeiten

Seit Jahrtausenden erzählen sich Menschen Geschichten. Sie handeln von Mut, Hoffnung und der Kraft, Herausforderungen zu überwinden. Ihre zeitlose Weisheit macht sie auch heute zu einem wertvollen Werkzeug, um Kinder in belastenden Lebenssituationen zu stärken.



Dieses Buch richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die mit traumatisierten Kindern im Grundschulalter arbeiten. Basierend auf dem Augsburger Modellprojekt ***Mit Märchen gegen Trauma*** bietet es einen praxisnahen Leitfaden für die Gestaltung niederschwelliger Stabilisierungsgruppen. Neben fundierten Einblicken in die Trauma- und Märchenpädagogik enthält es ausgewählte Geschichten aus aller Welt sowie vielfältige Anregungen für die pädagogische Arbeit.

Ein inspirierendes Praxisbuch für alle, die Kinder dabei begleiten möchten, ihre eigenen Stärken zu entdecken – und sich selbst als Heldinnen und Helden ihrer Geschichte zu erleben.



ISBN 978-3-96557-180-8

