

**Gražina Čiuladienė, Monika Bąk-Sosnowska, Artur Fabiś**

## **METHODIK**

### **1. GRÜNDE**

Migrantenkinder sind besonders schutzbedürftige Personen: Entwurzelt aus ihren Heimatländern und den ihnen vertrauten sozialen und Bildungssystemen, erleben sie psychosozialen Stress aufgrund des Zusammenpralls unterschiedlicher kultureller Normen und Werte, des Mangels an sozialen Netzwerken in einem neuen Lebens- und Bildungsumfeld sowie aufgrund von Kommunikationsproblemen, die durch unzureichende Kenntnisse der vorherrschenden Fremdsprachen (z. B. Englisch, Deutsch, Französisch oder Russisch) und der Sprache ihres Aufnahmelandes verursacht werden. Während des Übergangs in ein neues Land tragen sie auch Traumata und Herausforderungen mit sich, die durch Krieg, Gewalt und Trennung verursacht wurden.

Das psychologische Gefühl, von einer Gruppe oder Umgebung akzeptiert zu werden, ist ein grundlegendes Bedürfnis von Migrantenkindern und steht in Zusammenhang mit dem potenziellen Erfolg ihrer langfristigen Integration (Guo-Brennan und Guo-Brennan, 2019). Unzureichender (oder fehlender) Zugang zu Integrationsmaßnahmen und kulturell angepasster Bildung kann zu verschiedenen Formen von Rechtsverletzungen, sozialer Ungleichheit, Ausgrenzung und Segregation führen (Guo-Brennan und Guo-Brennan 2019; Parkhouse et al. 2019; Sedmak et al. 2021; Rivera-Vargas et al. 2021; Popyk 2023).

Die Europäische Kommission möchte die EU-Mitgliedstaaten bei der Integration von Migrantenkindern und -jugendlichen in die Bildungssysteme der Aufnahmeländer unterstützen. Die 2016 verabschiedete Entschließung zur Rolle des interkulturellen Dialogs, der kulturellen Vielfalt und der Bildung bei der Förderung der Grundwerte der EU betont insbesondere die Bedeutung der interkulturellen Bildung für den Integrationsprozess (Europäische Kommission 2019). Im Jahr 2020 bestätigte die Kommission den Aktionsplan für Integration und Inklusion 2021–2027. Dieses Dokument impliziert, dass Schüler, die akademisch und sozial gut in die Bildungssysteme der Aufnahmeländer integriert sind, bessere Chancen haben, ihr Potenzial auszuschöpfen. Bildungspraktiken gelten als eine der kulturellen Anpassungen, die am meisten zum Wohlbefinden und Zugehörigkeitsgefühl eines Menschen beitragen (Curd-Christiansen 2020).

Lehrer und Erzieher gehören zu den wichtigsten Personen für den Eintritt eines Migrantenkindes in eine neue Gemeinschaft (Sedmak et al. 2021). Gemäß den Leitlinien der multikulturellen Bildung

Von Lehrkräften wird erwartet, dass sie Vielfalt wertschätzen, soziale und kulturelle Unterschiede respektieren und allen Schülern lehrreiche Möglichkeiten bieten, um ihnen zu mehr akademischem und sozialem Erfolg zu verhelfen. Die nationalen Bildungssysteme stehen jedoch vor großen Schwierigkeiten bei der Aufnahme von ethnisch, kulturell und sprachlich vielfältigen Migrantenkindern, und Migrantenkinder sind oft zwischen Assimilations- und Marginalisierungsprozessen hin- und hergerissen (Arun et al. 2021; Medarić et al. 2021; Rivera-Vargas et al. 2021). Lehrer wehren sich dagegen, Kultur in den Lehrplan aufzunehmen, und/oder es fehlen ihnen Materialien, um die Kulturen der Schüler mit den Lehrplänen zu verbinden (Parkhouse et al. 2019). Von den Kindern wird verlangt, dass sie so schnell wie möglich in die Sprache des Gastlandes wechseln, und das Sprechen einer anderen Sprache als der des Gastlandes wird oft als Problem angesehen, was zu einer Segregation in den Sprachklassen führt.

Der Widerstand der nationalen Bildungssysteme gegen Veränderungen wird als eine der grundlegendsten Herausforderungen der Integration angesehen. Wie Medarić et al. (2021) feststellten, erfordert das Prinzip der Interkulturalität sowohl systemische Veränderungen als auch eine Änderung der pädagogischen Ansätze des Personals. Ohne angemessene interkulturelle Sensibilität, Bewusstsein und interkulturelle Kommunikationskompetenzen reproduzieren Lehrer oft lediglich Diskriminierung und die Ausgrenzung von Migrantenkindern.

Ein internationales Klassenzimmer mit Schülern unterschiedlicher kultureller und sprachlicher Herkunft, die unterschiedliche Grade an Offenheit und Erfahrung mitbringen, bietet allen Beteiligten einen idealen Rahmen, um voneinander zu lernen und interkulturelle Kommunikation zu erleben. Multikulturelle Bildung verringert Vorurteile, fördert kritisches Denken bei Kindern und sensibilisiert sie für ein höheres Maß an Empathie (Arun et al., 2021). Daher ist die Fortbildung von Pädagoginnen und Pädagogen ein wichtiges Mittel, um das Wissen und die Kompetenzen von Lehrkräften im Hinblick auf eine kulturell sensible Bildung zu erweitern. Lehrkräfte benötigen eine kontinuierliche Fortbildung im Bereich der interkulturellen Bildung, um die Inklusion von Migrantenkindern zu fördern (z. B. Portera, 2014; Mellizo, 2017; Eko und Putranto, 2019).

Das MentUwell-Team führte qualitative Untersuchungen mit Lehrkräften, Pädagoginnen und Pädagogen sowie anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Schulen und Bildungseinrichtungen in drei Ländern durch: Polen, Rumänien und Litauen. Insgesamt wurden 30 Personen befragt, um ihre Erfahrungen aus ihrer eigenen pädagogischen Praxis mit ukrainischen Kindern und Jugendlichen, die als Migrantinnen und Migranten in diese Länder gekommen sind, zu teilen.

Die Ergebnisse der Studie zeigten, dass in allen Schulsystemen der untersuchten Länder eine mangelnde Vorbereitung auf ein multikulturelles Unterrichtsumfeld besteht. Die Vorstellung, dass Lehrer sich bewusst sein müssen, wie

Um Multikulturalismus erfolgreich in Bildungsumgebungen umzusetzen, sollte eine kulturell sensible Unterrichtsgestaltung nicht vernachlässigt werden. Kulturell sensibler Unterricht wird definiert als die Nutzung des kulturellen Wissens, der bisherigen Erfahrungen, der Bezugssysteme und der Leistungsstile ethnisch vielfältiger Schüler (Wang et al. 2022). Lehrkräfte beschäftigen sich meist aus eigenem Antrieb mit anderen Kulturen und kultureller Selbstwahrnehmung. Bemerkenswert ist, dass die Ausbildung von Lehrkräften für den Unterricht in kulturell vielfältigen Lerngruppen nicht in allen drei Ländern fester Bestandteil der Lehrerbildung ist. Lehrkräfte befinden sich in einem kontinuierlichen Prozess der Entwicklung ihrer interkulturellen Kompetenzen. Diese Bemühungen sind dualistisch: Sowohl Schulen als auch Lehrkräfte sind bestrebt, ihre Fähigkeit zur Arbeit in kulturell und sprachlich heterogenen Klassen zu stärken.

Die Studienergebnisse zeigen, dass die Erwartungen der Lehrer an die Entwicklung der multikulturellen Bildung in ihrer Einrichtung hauptsächlich die Entwicklung interkultureller Kompetenzen widerspiegeln (*„Es ist sehr wichtig, dass der Lehrer, der den Migranten in seiner Klasse willkommen heißt, eine angemessene Ausbildung erhält“*). Die Erwartungen an die Ausbildung beziehen sich jedoch nicht nur auf Lehrer – laut den Befragten umfassen sie vier Untergruppen, die je nach Adressat eine Ausbildung benötigen: (1) Lehrer; (2) Migrantenkinder; (3) Eltern von Migrantenkindern; und (4) Klassenkameraden. Lehrer glauben, dass interkulturelle Ausbildung unerlässlich ist, um die multikulturelle Bildung zu verbessern. Alle beteiligten Parteien sollten bei der Förderung eines multikulturellen Umfelds vereint/einbezogen werden.

Da Lehrer für die Arbeit in kulturell vielfältigen Klassenräumen nur unzureichend vorbereitet sind, sind sie bereit, ihre interkulturellen Kompetenzen weiterzuentwickeln. Interkulturell kompetente Pädagogen leiten ihre Schüler mit respektvollen, integrativen und kulturell relevanten Unterrichtsstrategien an. In diesem Sinne haben Dimitrov und Haque (2016) ein Modell für interkulturelle Lehrkompetenz (ITC) vorgeschlagen, das aus 20 Schlüsselkompetenzen und Unterrichtsstrategien besteht, die in drei miteinander verbundene Kategorien unterteilt sind: Grundkompetenzen, Moderationsfähigkeiten und Kompetenzen zur Lehrplangestaltung. Die Grundkompetenzen von Lehrkräften konzentrieren sich auf Selbstbewusstsein und die Fähigkeit, den Schülern interkulturelle Kompetenz vorzuleben. Moderationstechniken bauen auf den grundlegenden Kompetenzen auf und ermöglichen es Pädagogen, mit Schülern auf eine Weise zu interagieren und die Interaktion zwischen ihnen zu fördern, die die Vielfalt respektiert. Schließlich spiegeln die Kompetenzen zur Lehrplangestaltung die Fähigkeiten von Pädagogen wider, die Schüler bewusst in globale und interkulturelle Lernaktivitäten oder Diskussionen über Fragen der sozialen Gerechtigkeit einbeziehen, um globale Lernergebnisse zu fördern (Dimitrov und Haque 2016). Darüber hinaus sollten Lehrmaterialien bereitgestellt werden to teachers. Professional development can also include workshops, teacher

Untersuchung/Aktionsforschung, Coaching/Mentoring, Co-Teaching, Unterrichtsstudien, virtuelle Module, Simulationen, Konferenzen, Sommerinstitute oder verschiedene Kombinationen dieser Elemente (Parkhouse et al. 2019).

Ähnlich wie in anderen Studien erwies sich auch in dieser Studie die Sprachkompetenz als ein entscheidender Faktor. Probleme der Inklusion in der Schule hängen hauptsächlich mit Sprachschwierigkeiten zusammen, da Migrantenkinder nicht in der Lage sind, zu kommunizieren, sich auszudrücken und neue Freunde zu finden. In Übereinstimmung mit Medarić et al. (2021) kann man zu dem Schluss kommen, dass Sprachkompetenz als Beweis für eine erfolgreiche Integration als einer der Aspekte der Integration angesehen wird.

In der Studie teilten Lehrer ihre Ansichten darüber mit, wie die Inklusivität ihrer Schule verbessert werden kann. Der entscheidende Faktor ist die Entwicklung der interkulturellen Kompetenzen aller Beteiligten (einschließlich Migranten und ihrer Eltern sowie litauischer Kinder und ihrer Eltern). Die Schwierigkeit dabei besteht darin, dass die Einbeziehung aller Mitglieder der Gemeinschaft durch viele Faktoren erschwert werden kann, wie z. B. Zeitpläne, Sprachbarrieren, Reifegrad und Hintergrund der Schüler. Die Lehrkräfte selbst können jedoch mehr Gelegenheiten für Kontakte zwischen Migrantenfamilien und einheimischen Familien schaffen, um interkulturelle Freundschaften zu fördern (Nameni 2020). Die gemeinsamen Aktivitäten können sich hinsichtlich Zweck, Dauer, Gruppengröße usw. unterscheiden, aber die Grundidee besteht darin, dass Personen mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund zu Paaren oder Gruppen zusammengefasst werden, um das kooperative interkulturelle Lernen zu fördern. Um dem Problem der Vermeidung von Interaktionen zu begegnen, empfahl Campbell (2016), die „Zustimmung“ der lokalen Bevölkerung zu erreichen, indem man ausdrücklich und nachdrücklich die Bedeutung und die Vorteile des Kontakts mit internationalen Menschen betont. Dies könnte den Einheimischen helfen, die „Ausstrahlungseffekte“ zu erkennen, die ihre Bemühungen auf ihre Beschäftigung oder generell auf ihre Entwicklung zu Weltbürgern haben könnten. Ein internationales Klassenzimmer mit Schülern aus unterschiedlichen kulturellen und sprachlichen Hintergründen, die unterschiedliche Grade an Offenheit und Erfahrung mitbringen, bietet einen idealen Rahmen für alle Beteiligten, um voneinander zu lernen und interkulturelle Kommunikation zu erleben.

## **2. ZIELE UND VORGABEN**

Der Zweck dieses Leitfadens und der dazugehörigen Instrumente besteht darin, denjenigen zu helfen, die mit jungen Flüchtlingen arbeiten.

Der Schwerpunkt liegt daher auf drei Bereichen:

### **1) Entwicklung der interkulturellen Kommunikationskompetenz von Pädagoginnen und Pädagogen**

Im Mittelpunkt der multikulturellen Bildung steht der Gedanke, individuelle Unterschiede bei der Gestaltung des Bildungsumfelds zu berücksichtigen und darauf hinzuwirken, dass alle Schüler eine gleichberechtigte Bildung genießen (Karacabey et al. 2019). Mit dem Grundsatz der Gleichheit in der Bildung ermöglicht multikulturelle Bildung den Schülern, die Kultur ihrer Gemeinschaft zu verstehen, kulturelle Grenzen zu überwinden, die als Barrieren gegenüber anderen Kulturen dienen können, und eine Gesellschaft aufzubauen, die allen gemeinsam ist (Karacabey et al. 2019). Diese Art von Schule spielt eine Schlüsselrolle bei der Förderung positiver Einstellungen und Gefühle unter Migrantenschülern und beeinflusst somit ihr langfristiges psychisches Wohlbefinden und ihre Integration in die Gesellschaft (Ritchie und Gaultier, 2020).

### **2) um das Repertoire der Lehrkräfte an Lehr- und Lernmethoden zu bereichern**

Um Jugendliche in einem multikulturellen Bildungsumfeld effizient zu unterrichten, müssen Lehrkräfte ihnen dabei helfen, die besonderen Herausforderungen zu bewältigen, denen Migrant\*innenjugendliche gegenüberstehen, wie Sprachbarrieren, unterschiedliche Bildungshintergründe und -erfahrungen, soziale Integration, spezifische emotionale und psychologische Bedürfnisse, Anpassung an ein neues Bildungssystem und eine neue Klasse sowie die Förderung der Teilnahme. Lehrer und Pädagogen müssen schnellen und visuellen Zugriff auf eine Vielzahl von Lehr- und Lernmethoden haben, die den Schülern helfen, sich einzugewöhnen, sich zu konzentrieren und sich auf das Lernen vorzubereiten, individuell und in der Gruppe zu lernen, den Unterrichtsstoff zu verstehen und über die Lernerfahrung zu reflektieren. Obwohl Lehrern eine Vielzahl von Lehr- und Lernmethoden zur Verfügung steht und bekannt ist, müssen sie ständig befähigt werden, neue Methoden zu erlernen, anzuwenden und an die Bedürfnisse von Migrant\*innenkindern und -jugendlichen anzupassen, von denen die meisten traumatische Erfahrungen gemacht haben. Darüber hinaus erfordert die Arbeit in einem multikulturellen Bildungsumfeld und der Unterricht von Jugendlichen Flexibilität und

Anpassungsfähigkeit. Gamifizierte Lehr-/Lernmethoden können dazu dienen, sich auf das jeweilige Problem zu konzentrieren, Beziehungen aufzubauen und sich in das lokale Bildungsumfeld zu integrieren. Durch den Einsatz einer Vielzahl von Lehr-/Lernmethoden können Pädagogen ein positives und integratives Lernumfeld schaffen, das den unterschiedlichen Bedürfnissen von Migrantenzugangskindern gerecht wird und ihre akademische und soziale Entwicklung unterstützt.

- 3) Bereitstellung von Lehr- und Lernmaterialien sowohl für die Sprache des Gastlandes als auch für die Sprache der Migranten

Die Sprache gilt als der wichtigste Faktor, der Migrantenkinder und -jugendliche sowie ihre Familien von einer gleichberechtigten Teilhabe an Schulen und Gemeinschaften ausschließt (Guo-Brennan und Guo-Brennan 2019). Die Perspektive der Mehrsprachigkeit unterstreicht die Notwendigkeit, die sprachlichen und kulturellen Erfahrungen von Migrantenkindern zu bewahren und weiterzuentwickeln. Mehrsprachige Bildung bezieht sich auf die Durchführung von Unterricht und Lernen in mehr als einer Sprache, da der Klassenraum multikulturell ist, wenn die kommunikative Produktion einer Vielzahl kleiner Kulturen stattfindet. Die Kommunikation im Klassenzimmer ist interkulturell, wenn Narrative kleiner Kulturen konstruiert werden (Baraldi et al. 2023). Die Einführung der Sprachen von Migrantenkindern und ihren Familien in den Schulalltag ist vorteilhaft für die Verbesserung der Leistungen, des Wohlbefindens und des Zugehörigkeitsgefühls der Schüler sowie für den Aufbau von Beziehungen zwischen Pädagogen und Eltern (Onsès-Gegarra und Domingo-Coscollola 2024).

### **3. INHALT**

#### **3.1. Entwicklung der interkulturellen Kommunikationskompetenz von Pädagogen**

Die Vermittlung interkultureller Kommunikationskompetenz umfasst in der Regel zwei große Gruppen von Aktivitäten (Reichard et al. 2014). Die erste dient der Informationsvermittlung und ist eher kognitiver und intellektueller Natur; es handelt sich um einen Wissensbestand, der auf dem Erwerb von Wissen über verschiedene Kulturen beruht. Die zweite Gruppe von Aktivitäten umfasst eine breite Palette interkultureller Fähigkeiten wie Anpassungsfähigkeit, interkulturelle Kommunikation und Partnerschaftsfähigkeiten (Ciuladiene 2023). Der Erwerb von Wissen über globale kulturelle Unterschiede (Werte, Normen, Praktiken und Überzeugungen) trägt dazu bei, die Unterschiede zwischen den Kulturen zu verstehen, eine fundierte Perspektive einzunehmen und zu lernen, wie man Vielfalt akzeptiert und über den Tellerrand der eigenen Kultur hinausblickt (Deveci et al. 2022). Die Kompetenz umfasst die Fähigkeit, die kognitiven und affektiven Dimensionen in interkulturelle Interaktionen zu integrieren (Vaccarino und Li 2018), einschließlich der Fähigkeit, Beziehungen aufzubauen, Probleme und kulturelle Konflikte zu lösen, soziale Interaktionen und Ängste zu bewältigen, kulturelle Vorurteile und Voreingenommenheiten zu erkennen, das Verhalten anderer Menschen richtig zu interpretieren und neue Verhaltensweisen zu erlernen, die den kulturellen Erwartungen entsprechen. Die Entwicklung interkultureller Kompetenz hilft dabei, die Vielfalt der Werte, Wahrnehmungen und Einstellungen von Menschen zu erkennen und diese Vielfalt dann aktiv zu nutzen, um kreative Lösungen in interkulturellen Begegnungen sowie innerhalb des eigenen kulturellen Umfelds zu finden.

#### **3.2. Vielfältige Lehr- und Lernmethoden zur Förderung der Integration von Migranten**

Lehrkräfte, die mit jugendlichen Migranten arbeiten, müssen verschiedene Lehr-/Lernmethoden kennen und anwenden, um das Wohlergehen und die Integration jugendlicher Migranten zu fördern. Jugendliche Migranten stehen oft vor besonderen Herausforderungen, die flexible und maßgeschneiderte Ansätze erfordern, um sie wirksam anzugehen. Jugendliche Migranten haben oft unregelmäßige oder unterbrochene Schulbesuche, was zu unterschiedlichen Wissens- und Kompetenzniveaus führt. Lehrkräfte und Pädagogen müssen verschiedene Kommunikationsmittel, Gamification und unterschiedliche, individualisierte Unterrichtsmethoden anwenden, um den akademischen und psychosozialen Bedürfnissen von Migrantenschülern gerecht zu werden. Darüber hinaus fühlen sich Migrantenschüler oft isoliert, traumatisiert oder diskriminiert, was ihr Selbstvertrauen und ihre Beteiligung beeinträchtigt. Lehrkräfte benötigen Unterstützung beim Erlernen und Anwenden verschiedener kooperativer Lern- und Gruppenprojekte, um die Zusammenarbeit zu fördern und den Aufbau von Beziehungen zu Gleichaltrigen zu unterstützen. Da jugendliche Migranten zudem spezifische emotionale und psychologische Bedürfnisse haben und aufgrund ihrer Migrationserfahrung oder der Anpassung an eine neue Umgebung mit Traumata, Stress oder Ängsten konfrontiert sind



an eine neue Umgebung konfrontiert sind, müssen Lehrer traumainformierte Lehr-/Lernmethoden anwenden und ein positives Klassenklima aufrechterhalten, um ein Gefühl der Sicherheit und Zugehörigkeit zu schaffen. Da jugendliche Migranten möglicherweise nicht mit dem Unterrichtsstil, den Klassenregeln, den Erwartungen und der Leistungsbewertung vertraut sind, kann praktische Lernerfahrung den Übergang und die Integration erleichtern. Interaktive Methoden wie Rollenspiele oder Gamification fördern die aktive Beteiligung und Mitwirkung.

### **3.3 Verschiedene Sprach-Apps zur Erstellung einer mehrsprachigen Umgebung**

Migrantische Jugendliche verfügen bei ihrer Ankunft oft nur über begrenzte Kenntnisse der Unterrichtssprache, was es ihnen erschwert, den Unterricht zu verstehen und sich auszudrücken. Der Einsatz von Methoden wie Sprach-Apps, frei zugänglichen zweisprachigen Internetressourcen und peer-gestütztem Lernen hilft, die Sprachbarrieren zu überwinden. Da Sprache mit kulturellem Bewusstsein und Denken zusammenhängt, müssen Lehrer und Pädagogen sich darüber im Klaren sein, dass Migrantenschüler aus unterschiedlichen kulturellen Hintergründen kommen, die ihren Lernstil, ihre Erwartungen und ihre sozialen Interaktionen beeinflussen. Die Einbeziehung verschiedener sprachlicher Ansätze und Methoden, wie z. B. Geschichtenerzählen und kulturell sensibles Unterrichten, in das Bildungsumfeld trägt dazu bei, die Identität von jugendlichen Migranten zu stärken und Inklusion und Integration zu fördern.



#### 4. BESCHREIBUNG DER BEREITGESTELLTEN WERKZEUGE

**4.1. Das Skript „Das psychische Wohlbefinden von Jugendlichen während der kriegsbedingten Migrationskrise“ (MentUwell)** ist ein methodisches Instrument für die psychoedukative und präventive Arbeit mit Jugendlichen im Alter von 13 bis 18 Jahren, wobei der Schwerpunkt auf jungen Menschen liegt, die Migration, Flüchtlingsstatus, langfristige Unsicherheit und krisenbedingten Stress erleben. Sein Ziel ist es, das psychische Wohlbefinden, die Resilienz sowie die persönlichen und sozialen Ressourcen von Jugendlichen zu stärken.

Das Skript ist modular und flexibel aufgebaut, sodass es sowohl in Gruppen (z. B. in Schulen, Nachmittagsbetreuungsstätten, Beratungsstellen, NGOs) als auch individuell eingesetzt werden kann. Es kann von Pädagogen, Lehrern, Beratern, Psychologen, Tutoren, Mentoren und anderen Jugendarbeitern verwendet werden, auch von solchen ohne klinische Ausbildung – vorausgesetzt, die Grundsätze der psychologischen Sicherheit werden eingehalten.

Die methodische Grundlage des Skripts ist ein entwicklungsorientierter und ganzheitlicher Ansatz für psychisches Wohlbefinden, der die Wechselbeziehung zwischen den Bereichen Körper, Kognition, Emotionen, Soziales und Moral berücksichtigt. Der psychoedukative Inhalt ermöglicht ein besseres Verständnis der Besonderheiten der Adoleszenz, der Mechanismen von Stress, psychischen Krisen und Faktoren, die die psychische Gesundheit von Jugendlichen schützen. Gleichzeitig betont das Skript die praktische Anwendung von Wissen durch alltägliche Gewohnheiten, Einstellungen und Beziehungen, die die Funktionsfähigkeit junger Menschen wirklich verbessern können.

In der Praxis kann das Skript in verschiedenen Phasen der Arbeit mit einer Gruppe oder einer Einzelperson eingesetzt werden: als Ausgangspunkt für Gespräche, als Ressource für die Planung von Aktivitäten, als Quelle für psychoedukative Inhalte und als Grundlage für die Erstellung von Workshops, Übungen und Teambuildingsaktivitäten. Es ist besonders nützlich in Situationen mit erhöhtem Stress, emotionaler Desorganisation und einem verminderten Gefühl von Sicherheit und Zugehörigkeit, aber auch proaktiv, um Ressourcen zu stärken, bevor Krisensymptome auftreten.

Die Verwendung des Skripts führt zu mehreren wichtigen Ergebnissen: Es steigert das Selbstbewusstsein der Jugendlichen in Bezug auf Emotionen und psychologische Bedürfnisse, normalisiert Reaktionen auf Stress und Krisen, entwickelt Selbstregulierungsfähigkeiten, stärkt ihr Handlungsbewusstsein und baut unterstützendere soziale Beziehungen auf. Für Jugendliche mit Migrationserfahrung kann ein bedeutendes Ergebnis auch eine Verringerung des Gefühls der Isolation und ein besseres Verständnis ihrer eigenen Reaktionen in einem neuen kulturellen Kontext sein.

Bei der Verwendung des Skripts ist es wichtig, besonders auf die Freiwilligkeit des Kontakts zu achten, den Inhalt an das Alter, den Entwicklungsstand und die Erfahrungen der Jugendlichen anzupassen und

eine sichere, vorurteilsfreie Atmosphäre zu schaffen. Das Skript „ ” sollte als eine Ressource betrachtet werden, aus der geeignete Inhalte ausgewählt werden können.

Es ist auch wichtig, darauf zu achten, dass die Grenze zwischen Psychoedukation und therapeutischer Intervention nicht überschritten wird. Das Skript ersetzt weder Psychotherapie noch klinische Diagnose; seine Stärke liegt in der Prävention, der Stärkung von Ressourcen und der Unterstützung junger Menschen im Prozess der Selbstfindung. Der verantwortungsvolle Umgang mit dem Material beinhaltet, das im Skript enthaltene Wissen mit einer einfühlsamen Haltung der Erwachsenen und der Bereitschaft zur Zusammenarbeit mit anderen Formen der Unterstützung zu verbinden.

In einem projektbasierten Ansatz kann MentUwell als kohärenter methodischer Rahmen dienen, der Bildungsaktivitäten organisiert und das psychische Wohlbefinden junger Menschen in Zeiten der Krise und Unsicherheit unterstützt. Seine Anwendung trägt dazu bei, ein Umfeld zu schaffen, das nicht nur auf Schwierigkeiten reagiert, sondern aktiv unterstützt gesunde Entwicklung, psychische Resilienz, und Sinnhaftigkeit bei jungen Menschen.

**4.2. „Ein praktischer Leitfaden zur Unterstützung von Jugendlichen in Krisensituationen – Empfehlungen für Lehrer und Eltern”** ist ein Werkzeug mit einem ausgeprägten praktischen und pädagogischen Schwerpunkt, das für Erwachsene konzipiert ist, die täglich junge Menschen in Stresssituationen, Krisen und langfristigen Unsicherheiten begleiten. Im Gegensatz zu einem theoretischen und entwicklungsorientierten Leitfaden konzentriert sich dieser Leitfaden auf konkrete Reaktionen, Botschaften und Maßnahmen, die Lehrer, Erzieher und Eltern als Reaktion auf die Schwierigkeiten, die sie bei jungen Menschen beobachten, ergreifen können.

Aus methodischer Sicht dient der Leitfaden als Übersetzungsinstrument – er übersetzt psychologisches Wissen in die Sprache der alltäglichen Erziehungs- und Erziehungspraxis. Er lehrt Erwachsene, wie sie reagieren, was sie sagen, was sie vermeiden und wie sie Warnsignale erkennen können, ohne die Rolle eines Therapeuten zu übernehmen. Er soll in erster Linie eine sensible, regulierende und stärkende Art des Umgangs mit jungen Menschen vermitteln, insbesondere in Situationen von Stressüberlastung, Migrationserfahrungen, indirekten Traumata und langfristiger Anpassung.

Der Leitfaden kann von Pädagogen auf mehreren Ebenen genutzt werden. Erstens dient er als Schulungsressource, um Kompetenzen im Erkennen von Angstzuständen, Stress und Desorganisation bei Kindern und Jugendlichen zu entwickeln. Die beschriebenen Situationen (z. B. übermäßige Angstzustände, Schlaflosigkeit, Rückzug, riskantes

Verhalten, offensichtliche emotionale Gleichgültigkeit) helfen Pädagoginnen und Pädagogen, das Verhalten junger Menschen besser als Signal für einen Unterstützungsbedarf und nicht als „schlechtes Verhalten“ zu interpretieren.

Zweitens dient der Leitfaden als praktische Ressource für die laufende Arbeit – er kann als Inspiration für Einzelgespräche, Gruppenarbeit, Elterngespräche und als Bezugspunkt in schwierigen Situationen dienen, die eine schnelle, aber durchdachte Reaktion erfordern. Die vorgeschlagenen Botschaften, Rituale, regulierenden Übungen und einfachen Ausdruckstechniken vermitteln Pädagoginnen und Pädagogen, wie sie junge Menschen dabei unterstützen können, ein Gefühl der Sicherheit, Kontrolle und Handlungsfähigkeit zurückzugewinnen.

Ein wesentlicher Bestandteil des Leitfadens besteht darin, Erwachsenen beizubringen, ihre Reaktionen auf Stress und Krisen zu normalisieren. Das Material zeigt, dass Angstzustände, Regression, Reizbarkeit, Schlafstörungen und impulsives Verhalten oft natürliche körperliche Reaktionen auf Stress sind und keine Anzeichen von „Schwäche“ oder einer „Störung“. Dies ermöglicht es Pädagogen, junge Menschen so zu unterstützen, dass Scham, Schuldgefühle und Isolation abgebaut werden und gleichzeitig ihre psychische Widerstandsfähigkeit gestärkt wird.

Aus methodischer Sicht ist es besonders wichtig, dass der Leitfaden Erwachsenen beibringt, sich ihrer eigenen Grenzen und der Grenzen junger Menschen bewusst zu sein. Er trennt unterstützende Aktivitäten klar von therapeutischen Interventionen und gibt an, wann es notwendig ist, einen jungen Menschen an einen psychologischen Spezialisten zu überweisen. Pädagogen, die dieses Instrument nutzen, lernen, Warnsignale zu erkennen (z. B. anhaltende Isolation, selbstzerstörerische Gedanken, Interessenverlust), übernehmen jedoch keine Verantwortung für die Behandlung oder Diagnose.

Der MentUWell-Leitfaden richtet sich an junge Menschen, die ihre Gefühle nur ungern in Worte fassen. Die vorgeschlagenen Ausdrucksmethoden, Rituale, körper- und sinnesbasierten Aktivitäten und Übungen, die das Gefühl der Kontrolle wiederherstellen, ermöglichen es Pädagogen, junge Menschen auf indirekte, unaufdringliche und sichere Weise zu erreichen.

Im Rahmen des Projekts dient der Leitfaden als praktische methodische Ressource, die die tägliche Arbeit von Pädagogen und Eltern unterstützt. Er vermittelt nicht nur, wie man jungen Menschen helfen kann, sondern auch, wie Erwachsene ihre eigenen Reaktionen regulieren, die Bedeutung von Vorbildverhalten verstehen und für sich selbst sorgen können, um jungen Menschen ein Gefühl der Sicherheit zu vermitteln.

In Kombination mit dem MentUWell-Skript schafft der Leitfaden ein kohärentes Unterstützungssystem: von einem tieferen Verständnis der Entwicklungsprozesse und des psychischen Wohlbefindens bis hin zu konkreten, alltäglichen Maßnahmen, die in der Schule, in der Familie und in Betreuungsumgebungen ergriffen werden können. Damit erhalten Pädagogen nicht nur Wissen, sondern auch konkrete Instrumente, um verantwortungsbewusst, einfühlsam und effektiv mit jungen Menschen in Krisensituationen zu arbeiten.

**4.3. Der „MentUWell for Teenagers Practical Guide“** ist ein speziell für junge Menschen entwickeltes psychoedukatives Instrument, das eine einfache, verständliche und unterstützende Anleitung zum Umgang mit Stress, emotionalen Spannungen und Gefühlen der Hilflosigkeit bietet. Seine Sprache, Struktur und vorgeschlagenen Strategien sind auf die kognitiven und emotionalen Fähigkeiten von Teenagern zugeschnitten, sodass sie es selbstständig oder mit minimaler Unterstützung durch Erwachsene nutzen können.

Aus Sicht der Projektmethodik ist es entscheidend, dass der Leitfaden keine Schulungsressource für Pädagogen ist, sondern ein Werkzeug für junge Menschen, das eine angemessene Einführung und Integration in die Bildungsbeziehung erfordert. Die Rolle des Pädagogen besteht nicht darin, den Inhalt des Leitfadens „für junge Menschen“ umzusetzen, sondern Bedingungen zu schaffen, unter denen junge Menschen ihn sicher, reflektiert und auf ihre eigenen Bedürfnisse zugeschnitten nutzen können.

Der Leitfaden basiert auf der Prämisse, dass Teenager in Krisensituationen, Kriegen, Migrationsprozessen oder anhaltender Unsicherheit spezifische, einfache, und zugängliche Strategien benötigen, um wieder ein Gefühl der Einflussnahme und Kontrolle über ihr tägliches Leben zu erlangen. Die darin enthaltenen Tipps konzentrieren sich auf mögliche Maßnahmen „hier und jetzt“: Regulierung von Spannungen durch den Körper und die Sinne, Kontakt mit der Natur, Bewegung, Fantasie, Kreativität, Beziehungen und kleine tägliche Rituale.

Methodisch kann der Leitfaden von Pädagogen in erster Linie als Instrument zur Unterstützung der Selbsthilfe von Jugendlichen eingesetzt werden. Er kann Teenagern zum selbstständigen Lesen zur Verfügung gestellt, in Auszügen im Unterricht besprochen oder als Ausgangspunkt für Gespräche und Reflexionen genutzt werden. Pädagogen sollten keine bestimmten Strategien vorschreiben oder erwarten, dass alle Vorschläge für jeden wirksam sind – entscheidend ist, die Autonomie der Jugendlichen bei der Auswahl dessen zu stärken, was ihnen wirklich hilft.

Ein wesentliches Element des Leitfadens ist die Normalisierung von Stressreaktionen. Das Material vermittelt jungen Menschen direkt, dass Angst, Wut, Traurigkeit, Müdigkeit und Stimmungsschwankungen eine natürliche Reaktion auf Stress sind und nicht ein Zeichen von Schwäche oder „unzureichender Resilienz“. Aus methodischer Sicht ermöglicht dies Pädagoginnen und Pädagogen, mit jungen Menschen auf eine Weise zu arbeiten, die Stigmatisierung abbaut und Spannungen und Schuldgefühle verringert.

Der Leitfaden ist besonders nützlich für die Arbeit mit Jugendlichen, die nur ungern über ihre Gefühle sprechen oder diese noch nicht benennen können. Die darin vorgeschlagenen Strategien sind oft indirekt – sie basieren auf Handlungen, Bildern, Bewegungen, Symbolik oder kurzer Selbstreflexion. So können Pädagogen junge Menschen unterstützen, ohne schwierige emotionale Inhalte übermäßig zu „triggeren“ und ohne die Grenze zwischen Psychoedukation und therapeutischer Intervention zu überschreiten.

Aus methodischer Sicht ist es auch wichtig, dass der Leitfaden keine schnellen Lösungen für Probleme verspricht, sondern zu Geduld, Sanftheit und der Betrachtung von Stressbewältigung als Prozess ermutigt. Diese Botschaft hilft Pädagoginnen und Pädagogen, realistische Erwartungen an junge Menschen zu entwickeln und dem Druck nach „schnellen Lösungen“ entgegenzuwirken, der unter den Bedingungen einer anhaltenden Krise unrealistisch und belastend ist.

Gleichzeitig enthält der Leitfaden klare Botschaften, dass nicht jede Schwierigkeit selbstständig gelöst werden kann. Aus methodischer Sicht ermöglicht dies Pädagoginnen und Pädagogen, ihn als Instrument zu nutzen, um die Grenzen der Selbsthilfe und die Bedeutung der Unterstützung durch Erwachsene oder Fachleute in Situationen schwerer psychischer Belastung zu diskutieren.

Im Rahmen des MentUWell-Projekts dient der Leitfaden für Jugendliche als Instrument, das junge Menschen stärkt und die Arbeit von Pädagogen und Eltern ergänzt. In Kombination mit dem theoretischen Skript und dem Leitfaden für Erwachsene entsteht ein kohärentes, mehrstufiges Unterstützungsmodell, bei dem junge Menschen aktiv am Prozess der Pflege ihres eigenen psychischen Wohlbefindens mitwirken.

#### **4.4. Unterrichtspläne**

Die Szenarien sind das Werk von Lehrkräften aus polnischen Schulen. Sie wurden von Personen erstellt, die am Aufnahmeprozess ausländischer Schüler an polnischen Schulen beteiligt sind und über umfangreiche Erfahrung im Unterricht verfügen. Die Szenarien sind Vorschläge, die aktive Lehr- und Erziehungsmethoden mit Kindern und Jugendlichen in der Schule nutzen.

Die Szenarien richten sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren. Sie können in vielen schulischen und außerschulischen Aktivitäten eingesetzt werden. Einige der vorgeschlagenen Szenarien sind bestimmten Schulfächern gewidmet, während andere universell einsetzbar sind und nicht nur im Unterricht, sondern auch bei außerschulischen Aktivitäten, z. B. im Aufenthaltsraum oder während der Klassenlehrerstunden, verwendet werden können. Die Szenarien können auch in anderen Einrichtungen eingesetzt werden, z. B. in Internaten, Gemeindezentren oder Bibliotheken. Das übergeordnete Ziel der Verwendung der Szenarien ist es, das Wohlergehen und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in der Migrationskrise zu gewährleisten. Es ist auch wichtig, das Wohlergehen der Aufnahmegemeinschaft, der Kinder und Jugendlichen sowie der Lehrer, Erzieher und Tutoren, die als Gastgeber fungieren, sicherzustellen. Die Umsetzung ausgewählter Szenarien wird es den Einrichtungen erleichtern, junge Menschen in der Migrationskrise in Gleichaltrigengruppen zu integrieren, und jungen Migranten ermöglichen, sich freier an die Situation anzupassen, in der sie sich befinden.

Die Szenarien sind lediglich Vorschläge für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Sie können genau so umgesetzt werden, wie es ihre Autoren beabsichtigt haben, aber sie können auch als Grundlage für Modifikationen oder einfach als Inspiration für die Entwicklung eigener Lösungen und Ideen für den Unterricht oder Workshops dienen.

#### Beispiel – Szenario 2.2

Das Szenario ist für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 13 bis 16 Jahren konzipiert. Die Umsetzung dieses Szenarios zielt darauf ab, das Bewusstsein der Schüler in der Klasse für das psychische Wohlbefinden internationaler Schüler, die in die Klasse kommen, zu schärfen. Es ist zu erwarten, dass die Schüler durch das Szenario offener für neue Schüler werden und sie in schwierigen Situationen unterstützen. Sie werden sensibel für Situationen sein, die für internationale Schüler belastend sein können.

Das Szenario verwendet aktive Methoden und dauert 45 Minuten. Das Szenario wird von relevanten Materialien und Links zu Ressourcen begleitet, die der Lehrer verwenden kann. Die Umsetzung des Szenarios erfordert keine besonderen Unterrichtsmaterialien. Das Szenario kann in der Schule, im Gemeinschaftsraum während jeder Unterrichtsstunde umgesetzt werden.

#### Referenzen

- Arun, S., Bailey, G. und Szymczyk, A. (2021). „Integration“ von Migrantenkindern: Was wissen wir bisher? In: *Integration und Bildung von Migrantenkindern in Europa: Ansätze, Methoden und Strategien*, herausgegeben von Sedmak Mateja, Fernando Hernandez-Hernandez, Juana M. Sancho-Gil und Barbara Gornik. Ediciones Octaedro SL, S. 39-59. ISBN 9788418615375
- Baraldi, C., Farini, F. und Ślusarczyk, M. (2023). Fördernde Praktiken zur Stärkung der Handlungsfähigkeit und hybriden Integration von Migrantenkindern in Schulen: Diskussion von Daten aus Italien, Polen und England. *Sprache und interkulturelle Kommunikation* 23(2): 151–166. DOI: 10.1080/14708477.2022.2096054
- Campbell, N. (2016). Ethnozentrismus und interkulturelle Kommunikationsbereitschaft – Eine Studie unter neuseeländischen Managementstudierenden. *Journal of Intercultural Communication* 16 (1): 1404-1634.

- Ciuladiene, G. (2023). Interkulturelle Bildung in *Bildungsstrategien in der interkulturellen Online-Bildung*, herausgegeben von Karolina Walancik. Dąbrowa Górnicza: WSB University, S. 32-39. ISBN 9788366794993.
- Curdt-Christiansen, X. L. (2020). Die Bildung von Migrantenkindern in England: Sprache und Bildungspraktiken im häuslichen und schulischen Umfeld. *International Multilingual Research Journal* 14(2): 163-180. DOI:10.1080/19313152.2020.1732524
- Deveci, T., Elgamal, G., Dalton, D. und Langille, D. J. (2022). Die Entwicklung der interkulturellen Sensibilität von Studierenden der Emirati University. *Lernen und Lehren im Hochschulbereich: Perspektiven aus der Golfregion* 18 (1): 62-73.
- Dimitrov, N. und Haque, A. (2016). Interkulturelle Lehrkompetenz: Ein multidisziplinäres Modell für die Reflexion von Lehrenden. *Interkulturelle Bildung*, 27(5), 437-456.
- Eko, B. Sh. und Putranto, H. (2019). Die Rolle interkultureller Kompetenz und lokaler Weisheit beim Aufbau interkultureller und interreligiöser Toleranz. *Journal of Intercultural Communication Research* 48 (4): 341-369. DOI:10.1080/17475759.2019.1639535
- Europäische Kommission. 2019. Integration von Schülern mit Migrationshintergrund in Schulen in Europa: Nationale Strategien und Maßnahmen. Eurydice-Bericht. Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union. <https://doi.org/10.2797/819077>.
- Guo-Brennan, L., und Guo-Brennan, M. (2019). Aufbau einladender und inklusiver Schulen für Migranten und Flüchtlingsschüler: Politik, Rahmenbedingungen und vielversprechende Praxis in Bildung, Einwanderung und Migration: Politik, Führung und Praxis für eine sich wandelnde Welt. Herausgegeben von Khalid Arar, Jeffrey S. Brooks und Ira Bogotch. Emerald Publishing Limited, S. 73–93. DOI:10.1108/978-1-78756-044-420191006
- Karacabey, M. F., Ozdere, M. und Bozkus, K. (2019). Die Einstellung von Lehrkräften gegenüber multikultureller Bildung. *European Journal of Educational Research*, 8(1), 383–393.
- Medarić, Z., Sedmak, M., Dežan, L., und Gornik, B. (2021). Integration von Migrantenkindern in slowenischen Schulen. *Kultur und Bildung* 33(4): 758-785. Doi: 10.1080/11356405.2021.1973222
- Mellizo, J. M. (2017). Untersuchung der interkulturellen Sensibilität im frühen Jugendalter: eine Studie mit gemischten Methoden. *Interkulturelle Bildung* 28(6): 571-590. Doi: 10.1080/14675986.2017.1392488



- Nameni, A. (2020). Untersuchung zum Ethnozentrismus und zur interkulturellen Kommunikationsbereitschaft irakischer und iranischer Medizinstudenten im Iran. *Journal of Intercultural Communication Research*, 49(1), 61-85.
- Onsès-Segarra, J., und Domingo-Coscollola, M. (2024). Integration von Migrantenkindern in Bildungssysteme in Spanien: Standpunkte der Interessengruppen. *Interkulturelle Bildung*, Doi: 10.1080/14675986.2024.2314394
- Parkhouse, H., Lu Chu Yi und Massaro, V. R. (2019). Multikulturelle Bildung und berufliche Weiterbildung: Eine Literaturübersicht. *Review of Educational Research* 89 (3): 416–458. DOI: 10.3102/0034654319840359
- Popyk, A. (2023). Anker und Schwellen bei der Bildung eines transnationalen Zugehörigkeitsgefühls von Migrantenkindern in Polen. *Children's Geographies* 21(3): 459-472. DOI: 10.1080/14733285.2022.2075693
- Portera, A. (2014). Interkulturelle Beratung und Bildung in der globalen Welt. *Interkulturelle Bildung* 25(2): 75-76. DOI: 10.1080/14675986.2014.913757
- Ritchie, A., und Gaultier, A. (2020). Tanzen für Zugehörigkeit: Der Einsatz einer Tanzintervention zur Förderung des Zugehörigkeitsgefühls von Migrantenschülern in der Schule. *International Journal of Inclusive Education*, 24(4), 366-380.
- Rivera-Vargas, P., Miño-Puigcercós, R., Estalayo-Bielsa, P., und Lozano-Mulet, P. (2021). MiCREATE-Projekt. Migrantenkinder und -gemeinschaften in einem sich wandelnden Europa. *Kultur und Bildung* 33(3): 573–584. Doi.org/10.1080/11356405.2021.1949111
- Sedmak, M., Hernández-Hernández, F., Sancho-Gil, J. M. und Gornik, B. (2021). Reflexion über die Integration von Migrantenkindern und die Rolle der Bildung. In *Integration und Bildung von Migrantenkindern in Europa: Ansätze, Methoden und Strategien* Ediciones Octaedro SL, S. 17–36. ISBN 9788418615375
- Vaccarino, F., und Li, M. (2018). Interkulturelle Kommunikation Training zur Unterstützung der Internationalisierung im Hochschulwesen. *Journal of Intercultural Communication*, 4: 58-69
- Wang, J. S., Lan, J. Y. C., Khairutdinova, R. R. und Gromova, C. R. (2022). Die Einstellung von Lehrkräften zur kulturellen Vielfalt: Ergebnisse einer qualitativen Studie in Russland und Taiwan. *Frontiers in Psychology*, 13, 976659.