



# **Traumazentrierte Fachberatung (nach DeGPT)**

**für Fachkräfte aus Schulen,  
der Kinder- und Jugendhilfe,  
traumatisierte Menschen  
und deren Bezugspersonen**

## 1. Einleitung

Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit traumatischen Lebenserfahrungen stellen ihr Umfeld und MitarbeiterInnen „helfender“ Berufe oftmals vor Herausforderungen. Die in bestimmten Kontexten und Beziehungen erlebte Hilflosigkeit, Schutzlosigkeit und (Todes) Angst bilden sich bei traumatisierten Menschen häufig in einem dysfunktionalen Umgang mit sich selbst und mit anderen Menschen ab.

Oftmals haben Betroffene bestimmte Verhaltensstrategien entwickelt, um eine Auseinandersetzung mit den schmerzhaften Erfahrung zu verhindern und sich vor den damit zusammenhängenden überwältigenden Gefühlen und Wahrnehmungen zu schützen. Traumabezogene Erinnerungen und Empfindungen werden abgespalten (dissoziiert) und nicht als zur eigenen Person zugehörig erlebt.

Dieser ursprünglich überlebensnotwendige Schutzmechanismus kann in anderen Lebensbezügen und in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung sowie die Psychogenese erhebliche Anpassungsschwierigkeiten und Auffälligkeiten zur Folge haben. Darüber hinaus, dass einmal hilfreiche Strategien dies nicht länger sind, haben die sogenannten traumakompensatorischen Strategien die Tendenz sich zu generalisieren und somit zu „Selbstläufern“ zu werden. Teilweise führen dann Alltagsanforderungen zu erheblichem Stress und einer Notabschaltung der Psyche – der Betroffene/ die Betroffene ist kognitiv und/ oder emotional auch für vertraute Personen nicht erreichbar.

Die Entwicklung traumatisierter Menschen wird so blockiert, es kommt nicht zu einer Internalisierung alternativer Handlungs- und Bewältigungsstrategien. Der Umgang und die Beziehungen mit anderen Menschen sind durch die scheinbare Impulsivität und Unberechenbarkeit traumatisierter Menschen erheblichen Belastungen ausgesetzt und scheitern unter Umständen.

Die unter dem Trauma erlebte Hilflosigkeit setzt sich an diesen Stellen weiter fort und betrifft nicht nur das Umfeld, sondern auch die betroffenen Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen selbst. Denn Trauma- Überlebende erkennen im späteren Leben oft, wie sie in bestimmten Situationen unweigerlich, ohne etwas daran ändern zu können, ganz bestimmten Empfindungen, Einschätzungen oder Verhaltensweisen unterliegen. Weder sich selbst noch anderen können sie solche meist unangemessenen Reaktionen erklären. Nicht selten ergeben sich dadurch ein hoher Leidensdruck und das Gefühl, irgendwie nicht in Ordnung zu sein. Symptome wie Schlafstörungen, Ängste, hohe Erregungszustände, Unruhe, Reizbarkeit, Konzentrations-schwierigkeiten, bildhaftes Wiedererleben der traumatischen Erfahrung, Erinnerungslücken uvm. können Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Alltag erheblich belasten.

Dabei sind die Symptome, Verhaltensweisen und Empfindungen traumatisierter Menschen völlig „normal“, das, was ihnen widerfahren ist, war es jedoch nicht.

Traumatisierende Erfahrungen können jeden Menschen treffen. Betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene durchleben eine Stresssituation von extremen Ausmaß, die alle zur Verfügung stehenden Bewältigungsmechanismen überfordert und intensive Gefühle von Angst, Ohnmacht und Kontrollverlust mit sich bringt.

Ereignisse, die eine psychische Traumatisierung nach sich ziehen können, sind z.B.:

- Unfälle, als Beteiligter/Beteiligte oder Zeuge/ Zeugin,
- Naturkatastrophen,
- Krieg,
- Plötzlicher Tod nahestehender Menschen,
- Schwere (chronische) Erkrankung,
- Massive Bedrohung der eigenen Person oder nahestehender Menschen,
- (anhaltende) körperliche, seelische und sexualisierte Gewalt, als Opfer oder Zeuge/ Zeugin, etc.
- Andauernde seelische Vernachlässigung

Reaktionen auf traumatische Erfahrungen können sehr individuell und zu unterschiedlichen Zeitpunkten auftreten. Manche Menschen erholen sich ohne fachliche Unterstützung und Symptome klingen ab. Dauern sie jedoch länger an, so können sie sich verfestigen und die Betroffenen benötigen Unterstützung, um Belastungen und Symptome im Alltag zu reduzieren.

## **2. Ziele**

Die traumazentrierte Fachberatung unterstützt Fachkräfte, die mit traumatisierten Jungen und Mädchen, Erwachsene sowie deren Bezugspersonen in unterschiedlichen Kontexten zusammenarbeiten.

Für die Fachkräfte ist es wichtig, zunächst einmal die teilweise verstörend wirkenden Verhaltensweisen traumatisierter Menschen vor dem Hintergrund von Erkenntnissen aus Neurophysiologie, Psychotraumatologie und Bindungsforschung verstehen und einordnen zu können. Mit einer wertschätzenden und annehmenden Haltung sollen die „störenden“ Verhaltensweisen traumatisierter Menschen nicht gelöscht, sondern angenommen werden, denn sie haben einmal hochgradig Sinn gemacht und für das Überleben gesorgt.

Die Bezugnahme auf Theorien und Erklärungskonzepte hilft beim Verstehen und im Umgang mit traumatisierten Menschen. Es lassen sich Haltungen und Prinzipien sowie Methoden und Techniken für die pädagogische Arbeit ableiten, die eine Entwicklungsförderung ermöglichen und Räume für korrigierende Erfahrungen eröffnet werden.

Gemeinsam können andere Perspektiven, Umgangsweisen und kreative Wege für den Umgang mit den Betroffenen erarbeitet werden.

Dabei stehen die eigene professionelle Rolle und die Herstellung einer tragfähigen, gut regulierbaren Beziehung/ Bindung zum traumatisierten Menschen kontinuierlich im Mittelpunkt. Denn sie bietet die Grundlage für alle weiteren Entwicklungen.

Im Kontakt mit den Betroffenen selbst kann traumazentrierte Fachberatung bei der Bewältigung traumatischer Erfahrung und der Förderung von Selbstwirksamkeit unterstützen.

Traumazentrierte Fachberatung bietet keine Therapie, sondern eine Unterstützung zur Ressourcenaktivierung und zum Wiedererlangen der inneren Stabilität und Sicherheit.

### **3. Inhalte und Methoden**

Im Folgenden werden grundlegende Inhalte und Methoden einer traumazentrierten Fachberatung in Kurzform dargestellt. Die konkrete Ausgestaltung richtet sich nach Hilfeverläufen, Aufträgen und individuellen Bedarfen im Einzelfall.

- Wissen über Trauma und Traumafolgen
- Wissen über Erkenntnisse aus Psychotraumatologie und Neurophysiologie
- Kontextangemessene traumaspezifische Anamnese
- Psychoedukation
- Traumasensible Haltung
- Wertschätzung und Ressourcenorientierung
- Konzept des guten Grundes (nach Wilma Weiß)
- Die Pädagogik des sicheren Ortes und der geschützte Dialog (nach Martin Kühn)
- Beziehungsaufbau und Beziehungsgestaltung unter Berücksichtigung traumaspezifischer Beziehungsdynamiken und Erkenntnissen aus der Bindungsforschung
- Phänomene von Übertragung und Gegenübertragung in der Beziehung mit traumatisierten Menschen
- Stabilisierungstechniken und Affektregulation
  - o kognitive Techniken, imaginativ-hypnotherapeutische Techniken
  - o Arbeit mit inneren Anteilen
  - o Distanzierungs- und Kontrolltechniken
  - o Selbstberuhigungs- und Entspannungstechniken
  - o Umgang mit Emotionen und negativen überflutenden Emotionen
- Förderung von Selbstwahrnehmung, Selbstregulation und Selbstwirksamkeit
- Ressourcenorientierte und traumasensible Gesprächsführung
- Krisenmanagement/ Krisenintervention
- Netzwerkarbeit
- Selbstfürsorge

### **4. Zielgruppe**

Die Fachberatung richtet sich an alle Fachkräfte, die in ihrem beruflichen Kontext mit traumatisierten Menschen arbeiten.

Dies sind insbesondere Fachkräfte aus der Kinder- und Jugendhilfe und der Schule.

Gleichzeitig werden durch dieses Angebot aber auch die betroffenen Menschen selbst und ihre Familien bzw. Bezugspersonen angesprochen, die entweder die Adressaten der Fachberatung sein können, zumindest aber miteinbezogen werden sollten.

## **5. Rahmenbedingungen**

Für die Durchführung der traumazentrierten Fachberatung wird im Rahmen der Auftragsklärung ein zeitlich begrenztes Fachleistungsstunden- Kontingent vereinbart, das sich an Intensität und Häufigkeit der Beratung im Einzelfall ausrichtet.

Genutzt werden die Fachleistungsstunden je nach Einzelfall möglicherweise auch, um Kontakt zu anderen Fachdisziplinen und Bezugssystemen aufzunehmen und die erarbeiteten Inhalte zu synchronisieren.

## **6. Rechtliche Grundlagen**

Die traumazentrierte Fachberatung dient zur Förderung der Erziehung innerhalb der Familie, kann im Rahmen von flexibler Hilfe zur Erziehung, als Ergänzung zu einer stationären Maßnahme oder einem Pflegeverhältnis, als Unterstützung für junge Volljährige oder im Rahmen von Eingliederungshilfe erbracht werden.

§16, §27, §29, §34, §35a, §36, §37 (2), §41 SGB VIII

## **7. Zusammenarbeit**

Um eine systemische Sicht- und Handlungsweise zu ermöglichen, arbeiten unsere MitarbeiterInnen transparent mit allen am Prozess Beteiligten zusammen. Dies ist für eine gelingende Arbeit unabdingbar und für uns selbstverständlich.

## **8. Einbindung in die Institution/ Vernetzung**

Regelmäßige Fachberatung, Teambberatung, Coachings und Supervision werden durch die pädagogische Leitung der Jugendhilfeeinrichtung gewährleistet.

## **9. MitarbeiterInnen**

Unsere MitarbeiterInnen verfügen über eine Qualifikation als Traumapädagoge/ Traumapädagogin und traumazentrierter Fachberater/ traumazentrierte Fachberaterin (nach DeGPT), systemische und therapeutische/ beraterische Zusatzqualifikationen sowie über langjährige Erfahrung im Bereich der Kinder- und Jugendhilfe.

Anfragen richten Sie bitte an:

**Kinderheim Erziehungshilfen Werne gGmbH**

Kamener Straße 11

59368 Werne

Heimleitung Kristina Sollich

Mobil: 0172 – 273 13 27