



Wildwasser Wiesbaden  
-Eine Fachberatungsstelle für Mädchen und Frauen

Traumapädagogik und Selbstfürsorge  
in der Arbeit mit Mädchen und Jungen in der  
Kinder- und Jugendhilfe und in Kindertagesstätten

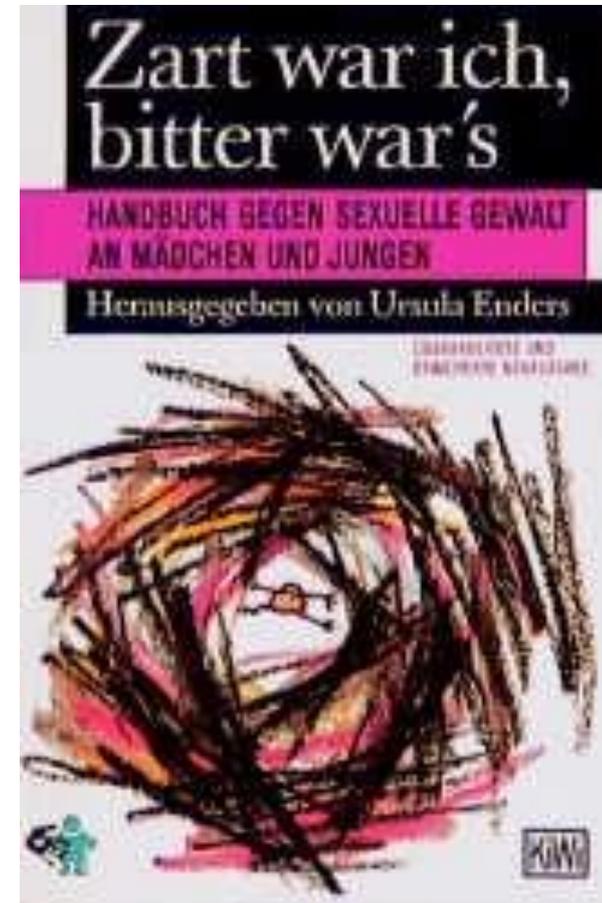
Vortrag:  
Eine Einführung in die Traumapädagogik

Tanja Kessler

# Die Anfänge: Die 80iger und 90iger Jahre



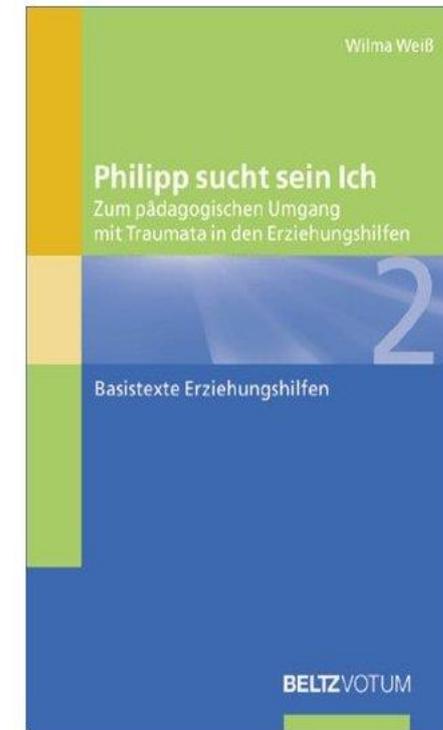
Ausgehend von der Emanzipationsbewegung wird seit den 80iger Jahren das Wissen der wiederentdeckten Psychotraumatologie in den Frauenhäusern, den Selbsthilfegruppe und in Fachberatungs- und Präventionsstellen für betroffene von sexualisierter Gewalt angewendet, aufgefrischt und weiterentwickelt.



# Die Anfänge: Ende der 90iger und die 2000er Jahre



- ⊗ Pädagog\*innen in Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe und Pflegeeltern suchen Antworten auf die zum Teil extremen Verhaltensweisen von traumatisierten Mädchen und Jungen.
- ⊗ In Fachdiensten von Einrichtungen nutzen Fachberater\*innen, in den von ihnen entwickelten Konzepten, die Erkenntnisse der Psychotraumatologie und anderer Bezugswissenschaften, für die effizientere Unterstützung der lebensgeschichtlich belasteten Mädchen und Jungen.
- ⊗ 02 gründen Volker Vogt und Martin Kühn die Webseite [www.traumapaedagogik.de](http://www.traumapaedagogik.de).



- ⊗ 03 Philip sucht sein Ich Wilma Weiß



- ⊗ 2008 wird in Hanau auf Initiative von Martin Kühn und Wilma Weiß die BAG Traumapädagogik gegründet.
- ⊗ Seit 2010 vermehrt Veröffentlichungen und Tagungen
- ⊗ 2010 erstes gemeinsames Curriculum der BAG-Traumapädagogik und der Deutschsprachigen Gesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT)
- ⊗ Seit 2012 Anstieg an Schulungen in allen Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit
- ⊗ 2012 Veröffentlichung der Traumapäd. Standards für die stat. Jugendhilfe der BAG-TP
- ⊗ 2016 Zertifizierungsverfahren für Einrichtungen
- ⊗ 2017 überarb. Curriculum des Fachverbandes Traumapädagogik und der DeGPT

# Konzepte der Traumapädagogik



- ⊗ Die „traumazentrierte Pädagogik“ (Uttendörfer 2008)
- ⊗ Pädagogik des sicheren Ortes (Kühn 2007)
- ⊗ Pädagogik der Selbstbemächtigung (Weiß 2009)
- ⊗ Traumapädagogische Gruppenarbeit (Bausum 2009)
- ⊗ Stabilisierung & (Selbst)Fürsorge f. PädagogInnen als institutioneller Auftrag (Lang 2009)
- ⊗ Milieutherapeutische Konzepte (Gahleitner 2010)
- ⊗ Traumapäd. Standards für die Stat. Jugendhilfe (Fachverband Traumapädagogik 2012)
- ⊗ Systemische Traumapädagogik (Jegodtka, Luitjens 2016)
- ⊗ Expert\*innenschaft (Saurer, Weiß 2018)



## Die traumapädagogische Haltung

- ⊗ Die Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen sind normale Reaktionen auf eine extreme Stressbelastung.
- ⊗ Sie haben für ihre Vorannahmen, Reaktionen und Verhaltensweisen einen guten Grund.
- ⊗ Sie haben in ihrem Leben bislang viel überstanden und geleistet.
- ⊗ Wir stellen unser Fachwissen zur Verfügung (Profis), sie sind die Expert\*innen für ihr Leben, für Bestehen in schwierigen Lebenslagen.

# Traumata (aus dem griech.: Wunde)



- ⊗ Treten auf durch Ereignisse, die normale Anpassungsstrategien des Menschen überfordern.
- ⊗ Sind unmittelbare Begegnungen der Betroffenen mit Gewalt und Tod, sind eine Bedrohung für die körperliche Unversehrtheit und das Leben
- ⊗ Psychische Traumata sind immer von Gefühlen intensiver Angst, Hilflosigkeit, Kontrollverlust und drohender Vernichtung begleitet.
- ⊗ Traumatische Reaktionen treten auf, wenn Handeln keinen Sinn hat.
- ⊗ Jedes Element des komplexen Reaktionsgefüges besteht fort, meist in veränderter und übersteigerter Weise.

nach Judith Herman

# Risikofaktoren



Selbst oder als Augenzeug\*in erlebt

- ⊗ Emotionale, materielle Vernachlässigung, anhaltende Abweisung und Abwertung
- ⊗ Körperliche, psychische, sexualisierte, verbale Gewalt
- ⊗ Unfälle, schwere Krankheiten, Krankenhausaufenthalte
- ⊗ Krieg, Flucht
- ⊗ Naturkatastrophen, Klimawandel
- ⊗ Kapitalistische Ausbeutung
- ⊗ (Gewaltsamer) Tod eines Familienangehörigen
- ⊗ Trennung (der Eltern), chronische Disharmonie
- ⊗ Rassismus, Rechtsextreme Gewalt
- ⊗ Sucht
- ⊗ Armut
- ⊗ Vorgeburtliche Stressüberflutung
- ⊗ Eine schwere (insb. psychische) Beeinträchtigung der Eltern
- ⊗ Das Zusammenleben mit Menschen, die traumatisiert sind
- ⊗ Geistige und körperliche Behinderung
- ⊗ Nicht altersgerechte mediale Einflüsse

# Was beeinflusst die Auswirkungen?



- Je jünger das Kind
- je größer das Ausmaß und die Dauer des Geschehens und
- je näher das Kind der schädigenden Person steht,

desto schwerwiegender die Auswirkungen

Je mehr Unterstützendes und Schützendes vorhanden war/ist,  
desto besser gelingt der Umgang mit Belastungen



# Protektive Faktoren

- ☺ Großfamilie, kompensatorische Elternbeziehungen
- ☺ Verfügbarkeit über einen tragenden Halt
- ☺ Überdurchschnittliche Intelligenz
- ☺ Robustes, aktives und kontaktfreudiges Temperament
- ☺ Sicheres Bindungsverhalten
- ☺ Soziale Förderung (Jugendgruppen, Schule, Kirche)
- ☺ Verlässlich unterstützende Bezugspersonen im Erwachsenenalter
- ☺ Dauerhafte gute Beziehung zu mindestens einer primären Bezugsperson
- ☺ Humor, Kreativität
- ☺ Möglichkeiten der Realitätsanerkennung

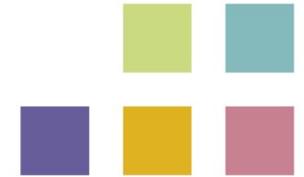


# Die Physiologie oder die Körperlichkeit des Traumas

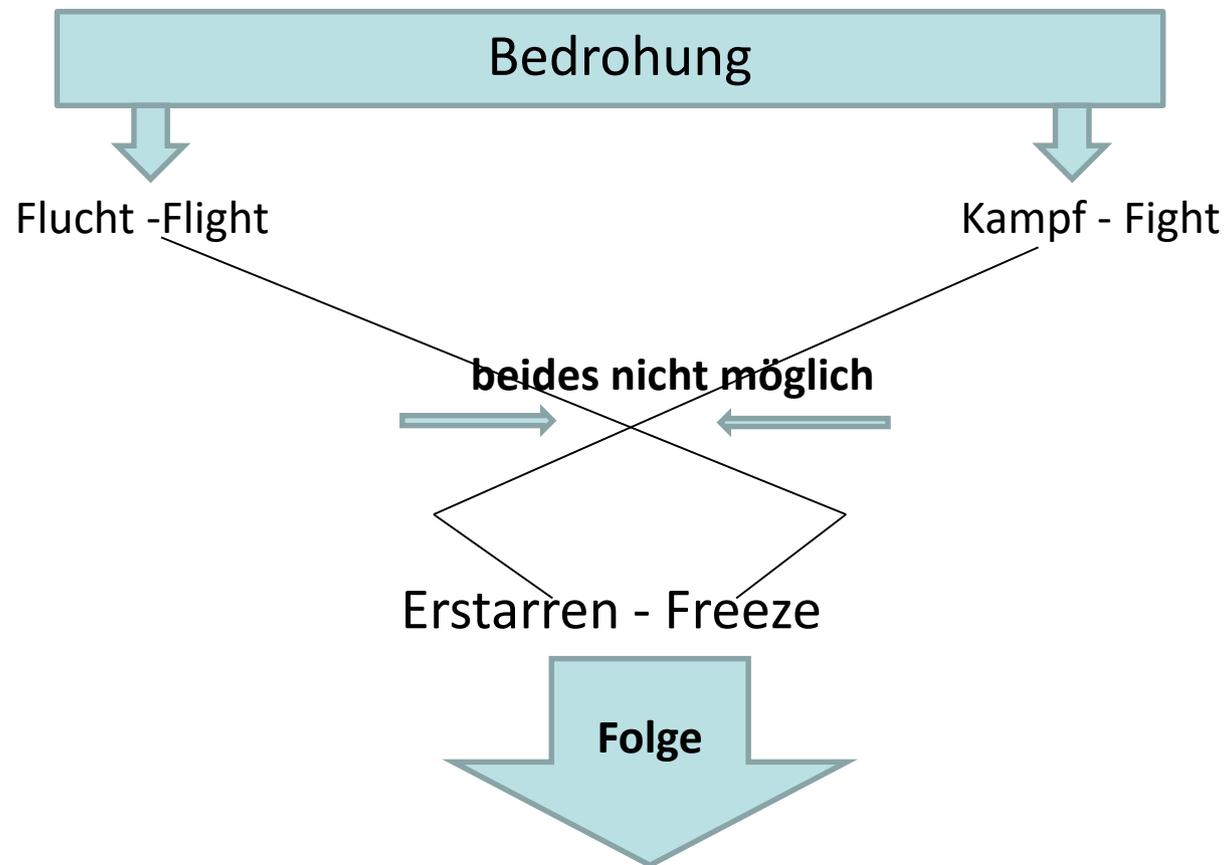


**Am Beispiel des dreigliedrigen Gehirns  
Nach Levine/Kline**

# Die traumatische Zange



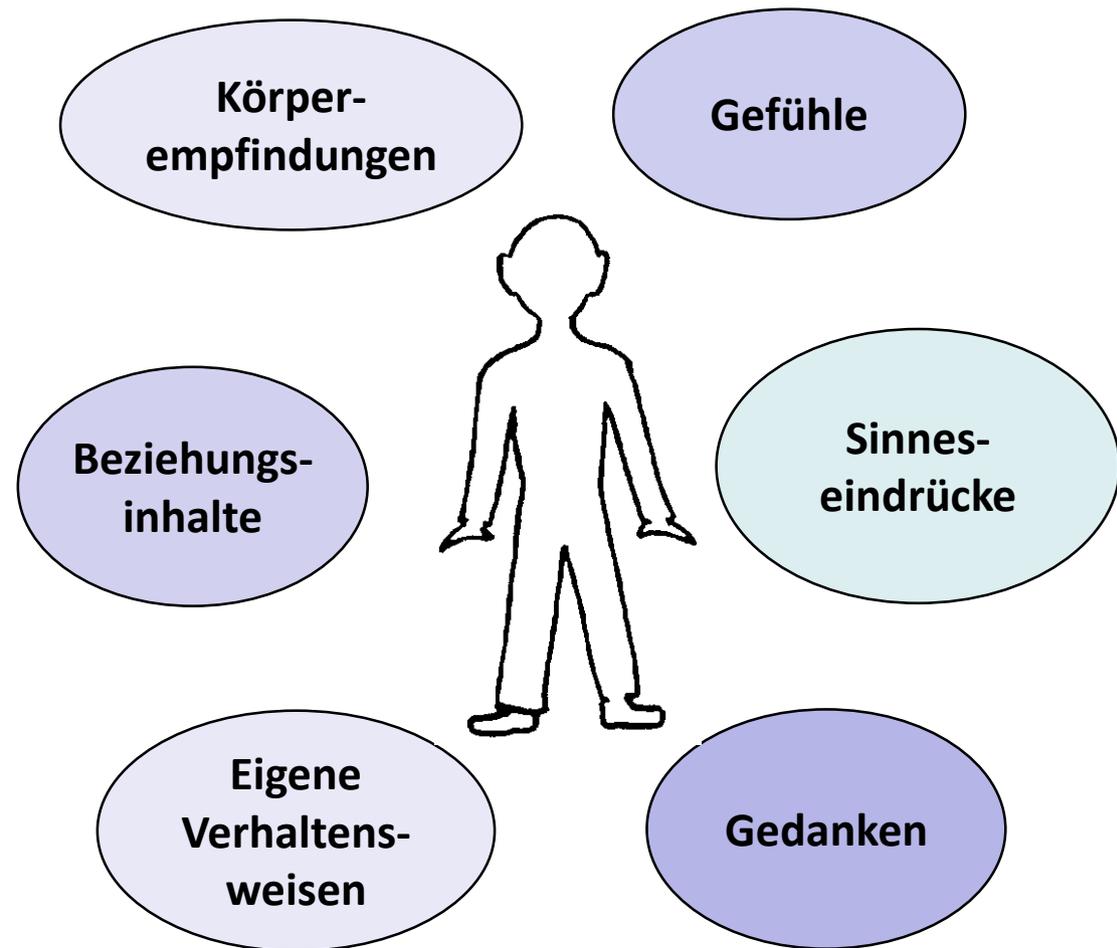
Die Handlungsmöglichkeiten Flucht oder Kampf stehen nicht zur Verfügung





In traumatischen Lebenssituationen  
wird das Geschehen vom Bewusstsein abgespalten.

Es kommt  
zum Zerreißen  
der Wahrnehmung.

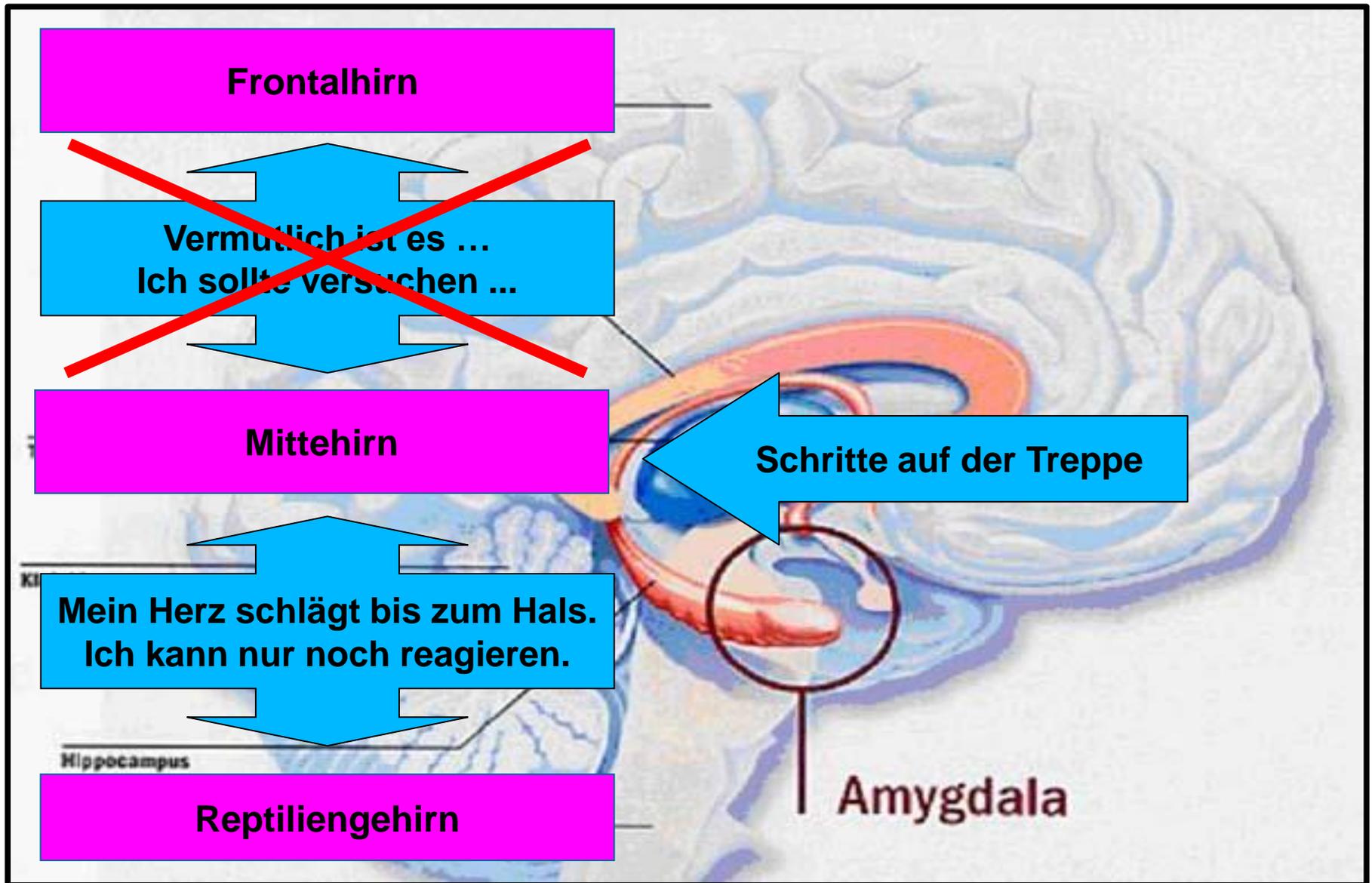


# Über die Entstehung sekundärer Traumasymptome



- ⊗ Wenn überwältigende Ereignisse entweder außerordentlich intensiv sind, über längere Zeit anhalten oder wiederholt auftreten, verändert das Gehirn seine Funktionsweise.
- ⊗ Es befindet sich in einem Zustand erhöhter Wachsamkeit. Diese erhöhte Wachsamkeit verursacht auch dort die Wahrnehmung von Gefahren, wo keine sind.
- ⊗ Vereinfacht gesagt sendet die Amygdala normalerweise zum Neokortex /Denker und zum Reptiliengehirn Warnmeldungen. Bei traumatisierten Kindern sendet das Gehirn keine simultane duale Botschaften aus.
- ⊗ Nicht notwendige chemische Stoffe werden in Bewegung gesetzt.
- ⊗ Werden die Kernsymptome nicht aufgelöst, kommen neue Symptome, hinzu. Levine/Kline(2004) bezeichnen diese als sekundäre Traumasymptome, sie können als dominante Muster in Erscheinung treten.

# Das dreigliedrige Gehirn nach Levine/Kline 2004





„Selbstbemächtigung als Kernstück der Traumapädagogik bedeutet, dass die Mädchen und Jungen mit Unterstützung ihrer Bezugspersonen Stück für Stück das Gefühl für sich selbst wiederfinden, sich, ihre Gefühle und Empfindungen wahrnehmen lernen und ihre Selbstregulation zurückerobern.“

Wilma Weiß

# Kernstücke der Traumapädagogik



- ⊗ Lebensgeschichtlich belastete Mädchen und Jungen brauchen soweit wie möglich sichere, d. h. transparente Orte
- ⊗ Sie brauchen Schutz vor weiteren Übergriffen, Schädigungen und belastenden Ereignissen
- ⊗ Sie brauchen Verlässlichkeit, d.h. klare Strukturen und Vereinbarungen
- ⊗ Sie brauchen Unterstützung beim Finden von soweit als möglich sicheren Orten, innen und außen

Colorbox.de

# Kernstücke der Traumapädagogik



- ⊗ Lebensgeschichtlich belastete Mädchen und Jungen brauchen viele gute Bindungen
- ⊗ Sie brauchen beständige, Halt gebende Beziehungen mit verlässlichen, zugewandten Erwachsenen
- ⊗ Sie brauchen die Möglichkeit neue, korrigierende Bindungserfahrungen zu machen
- ⊗ Sie brauchen Erwachsene, die ihre traumatischen Erfahrungen und die daraus entstandenen Erwartungen nicht bestätigen

# Kernstücke der Traumapädagogik



- ⊗ Lebensgeschichtlich belastete Mädchen und Jungen haben ein Anrecht auf Erwachsene, die sie bei der Selbstbemächtigung unterstützen
- ⊗ Sie brauchen Erwachsene, die sie dabei unterstützen sich ihrer selbst wieder sicher zu sein, über sich und ihre Verhaltensweisen wieder selbst zu bestimmen
- ⊗ Sie brauchen begleitende Erwachsene, die Rückschläge verkraften und in kleinen Schritten Erfolge sehen





*„Ich glaube, das Wichtigste,  
dass alle Professionellen mentaler Gesundheit wissen müssen,  
ist nicht, wie man das komplizierte Verhalten interpretiert,  
sondern, wie man jemandem helfen kann,  
auf einem ausgeglichenen Kiel zu stehen,  
bzw. in einem physiologischen Zustand zu kommen,  
in dem er/sie seine Sinne zusammenhalten kann.“*

(Bessel van der Kolk)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

