

Inhalt

Einleitung	9
1 Was ist ein Trauma?	17
1.1 Psychobiologische Reaktionen auf ein Trauma	19
Die traumatische Zange	19
1.2 Symptombildung als Traumafolge	22
Posttraumatische Belastungsstörungen	23
Entwicklungsverzögerungen als Folge traumatischer Erschütterungen	32
Störungen der Bindungsentwicklung als traumabasierte Folgeerscheinungen	36
Schuld- und Schamgefühle	39
Dissoziative Phänomene	41
1.3 Traumaspezifisches Symptomverstehen	42
1.4 Biografische Erkundungen	44
Traumatische Situationsfaktoren	45
1.5 Risiko- und Schutzfaktoren	50
Risikofaktoren und Vulnerabilitäten	51
Schutzfaktoren	59
2 Leitlinien traumabezogener Interventionen im sozialpädagogischen Alltag	61
2.1 „Erst verstehen – dann handeln“ (P. Moor)	61
Das Konzept des guten Grundes	64
Traumapädagogische Navigation in sozialpädagogischen Arbeitsfeldern	69
2.2 Safety First – pädagogische Orte als sichere Orte	70

2.3	Die Fachkraft als <i>sicherer Hafen</i> – Bindungsorientierung in der Traumapädagogik	82
	Die Pädagogin als primäre Bindungsperson und fürsorgliches Introjekt	92
	Personale Kompetenzen und Voraussetzungen für bindungsorientierte Pädagogik	94
2.4	Stabilisierung und Ressourcenorientierung	95
	Konsequente Ressourcenorientierung in der Praxis	97
	Pädagogische Schatzsuche auf der Insel der Persönlichkeit	98
	Die Schatzkarte des pädagogischen Alltags	107
2.5	Arbeit mit dem Trauma	120
	Psychoedukation	121
	Enttabuisierung	124
	Traum sensible Biografiearbeit	125
2.6	Das multidimensionale Selbst – Ego-States und Innere Teams	128
	Es ist normal, verschieden zu sein	130
	Traumapädagogische Ego-State-Arbeit	139
2.7	Traumabasierte Störungen der Affekt- und Impulskontrolle	146
	Präventive Entschärfungsmaßnahmen	147
	Stressbarometer/Stressskala	150
	Katastrophenschutz – Strategien zur Distanzierung und Selbstberuhigung	151
	Skills, Notfallliste und Notfallkoffer	154
	KatastrophenhelferInnen – Unterstützung bei Reorientierung und Stressregulation (Handwerkszeug für HelferInnen)	161
2.8	Erste Hilfe bei Akuttrauma	162
	Schockphase	163
	Stressmanagement in den ersten 4–6 Wochen	164
2.9	Psychotherapeutische Hilfen	169
	Trauma-fokussierte kognitiv-behaviorale Therapie (TF-KBT)	172

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)	174
Narrative Expositionstherapie für Kinder (KIDNET) ...	177
Traumazentrierte Spieltherapie	178
Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie (PITT) ..	179
Die Evidenz (Wirksamkeit) der Verfahren	179
Pharmakotherapie und stationäre Traumabehandlung ...	181
3 Stabilisierung und Selbstfürsorge im Helfersystem als Schutz vor Sekundärer Traumatisierung	183
3.1 Das Vorkommen Sekundärer Traumatisierung in der Kinder- und Jugendhilfe	186
3.2 Selbstfürsorge als Schutzfaktor	189
Übungen zum Schutz vor überflutenden Emotionen ...	191
Übungen zur Genussfähigkeit	194
Übungen zur Selbstannahme	195
Übungen zum Selbstwirksamkeitserleben	197
3.3 Psychohygiene im Team	198
Schlussbetrachtungen	202
Anhang	206
Literatur	217
Sachregister	228