

# Inhalt

<b>Vorwort zur 3. Auflage</b> .....	9
<b>Einleitung</b> .....	12
<b>1 Was ist ein Trauma?</b> .....	20
1.1 Psychobiologische Reaktionen auf ein Trauma .....	22
Die traumatische Zange .....	22
1.2 Symptombildung als Traumafolge .....	25
Posttraumatische Belastungsstörungen .....	26
Entwicklungsverzögerungen als Folge traumatischer Erschütterungen .....	35
Störungen der Bindungsentwicklung als traumabasierte Folgeerscheinungen .....	39
Schuld- und Schamgefühle .....	42
Dissoziative Phänomene .....	44
1.3 Traumaspezifisches Symptomverstehen .....	45
1.4 Biografische Erkundungen .....	47
Traumatische Situationsfaktoren .....	48
1.5 Risiko- und Schutzfaktoren .....	53
Risikofaktoren und Vulnerabilitäten .....	54
Schutzfaktoren .....	62
<b>2 Leitlinien traumabezogener Interventionen im sozialpädagogischen Alltag</b> .....	64
2.1 „Erst verstehen – dann handeln“ (P. Moor) .....	64
Das Konzept des guten Grundes .....	67
Traumapädagogische Navigation in sozialpädagogischen Arbeitsfeldern .....	72

2.2	Safety First – pädagogische Orte als sichere Orte . . . . .	73
2.3	Die Fachkraft als <i>sicherer Hafen</i> – Bindungsorientierung in der Traumapädagogik . . . . .	87
	Die Pädagogin als primäre Bindungsperson und fürsorgliches Introjekt . . . . .	97
	Personale Kompetenzen und Voraussetzungen für bindungsorientierte Pädagogik . . . . .	99
2.4	Stabilisierung und Ressourcenorientierung . . . . .	100
	Konsequente Ressourcenorientierung in der Praxis . . . . .	101
	Pädagogische Schatzsuche auf der Insel der Persönlichkeit . . . . .	103
	Die Schatzkarte des pädagogischen Alltags . . . . .	112
2.5	Arbeit mit dem Trauma . . . . .	125
	Psychoedukation . . . . .	126
	Enttabuisierung . . . . .	130
	Traum sensible Biografiearbeit . . . . .	131
2.6	Das multidimensionale Selbst – Ego-States und Innere Teams . . . . .	134
	Es ist normal, verschieden zu sein . . . . .	136
	Traumapädagogische Ego-State-Arbeit . . . . .	145
2.7	Traumabasierte Störungen der Affekt- und Impulskontrolle . . . . .	152
	Präventive Entschärfungsmaßnahmen . . . . .	153
	Stressbarometer/Stressskala . . . . .	156
	Katastrophenschutz – Strategien zur Distanzierung und Selbstberuhigung . . . . .	157
	Skills, Notfallliste und Notfallkoffer . . . . .	160
	KatastrophenhelferInnen – Unterstützung bei Reorientierung und Stressregulation (Handwerkszeug für HelferInnen) . . . . .	167
2.8	Erste Hilfe bei Akuttrauma . . . . .	168
	Schockphase . . . . .	169
	Stressmanagement in den ersten 4–6 Wochen . . . . .	170
2.9	Psychotherapeutische Hilfen . . . . .	175

Trauma-fokussierte kognitiv-behaviorale Therapie (TF-KBT) .....	178
Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) .....	180
Narrative Expositionstherapie für Kinder (KIDNET) ...	183
Traumazentrierte Spieltherapie .....	184
Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie (PITT) ..	185
Die Evidenz (Wirksamkeit) der Verfahren .....	185
Pharmakotherapie und stationäre Traumabehandlung ...	187
<b>3 Stabilisierung und Selbstfürsorge im Helfersystem als Schutz vor Sekundärer Traumatisierung .....</b>	<b>189</b>
3.1 Das Vorkommen Sekundärer Traumatisierung in der Kinder- und Jugendhilfe .....	192
3.2 Selbstfürsorge als Schutzfaktor .....	195
Übungen zum Schutz vor überflutenden Emotionen ....	197
Übungen zur Genussfähigkeit .....	200
Übungen zur Selbstannahme .....	201
Übungen zum Selbstwirksamkeitserleben .....	203
3.3 Psychohygiene im Team .....	204
<b>Schlussbetrachtungen .....</b>	<b>208</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>212</b>
<b>Literatur .....</b>	<b>223</b>
<b>Sachregister .....</b>	<b>235</b>