

# Inhalt

<b>1.</b>	<b>Einladung zur Auseinandersetzung mit Traumatisierungen</b>	<b>11</b>
1.1	Handlungskompetenz: Fachwissen – Praktisches Können – Erfahrungswissen	11
1.2	Aufbau des Kompendiums	14
1.3	Meine Motivation	16

## TEIL 1 SELBSTSORGE

---

<b>Modul 1</b>	<b>Selbstsorge</b>	<b>17</b>
1.1	Risiken und Belastungen in der Sozialen Arbeit mit traumatisierten Menschen	19
1.2	Sekundäre Traumatisierung	21
1.3	Ressourcenaktivierung der eigenen Kraftquellen	24
1.4	Selbstreflexion und Selbsterfahrung	28

## TEIL 2 THEORETISCHE GRUNDLAGEN DER PSYCHOTRAUMATOLOGIE

---

<b>Modul 2</b>	<b>Verständnis für Traumatisierungen</b>	<b>33</b>
2.1	Definitionen von Trauma	33
2.2	Systematik traumatisierender Ereignisse	34
2.3	Das Notfallprogramm der Seele	37
<b>Modul 3</b>	<b>Folgen nach traumatischen Erfahrungen</b>	<b>41</b>
3.1	Klassische Traumafolgeerscheinungen	43
3.2	Folgen von Traumatisierungen bei Kindern	47
3.3	Die Berücksichtigung der Geschlechterperspektive	50
3.4	Posttraumatisches Wachstum	51
<b>Modul 4</b>	<b>Die Bewältigung von Traumata</b>	<b>55</b>
4.1	Bewältigung als Prozess	55
4.2	Das Modell der sequenziellen Traumatisierung	57
4.3	Die Rolle der Risiko- und Schutzfaktoren im Bewältigungsprozess	57
4.4	Die biopsychosoziale Stabilisierung im Zentrum der Traumabewältigung	61
4.5	Traumatherapie	65
<b>Modul 5</b>	<b>Kritische Impulse zur Auseinandersetzung mit Trauma</b>	<b>67</b>
5.1	Politische Rahmung von Trauma am Beispiel von Folter, Flucht und Vertreibung	68
5.2	Geschichte der Anerkennung	69
5.3	Ein Trauma ist keine Störung! Zur Problematik von Diagnostik	73
5.4	Der Diskurs um Selbstverantwortung und Selbstoptimierung	75
5.5	Die soziale Dimension der Anerkennung	76

**TEIL 3 KONZEPTE DER SOZIALEN ARBEIT NACH TRAUMATISCHEN  
ERFAHRUNGEN**

---

<b>Modul 6</b>	<b>Handlungsfelder der Sozialen Arbeit nach traumatischen Erfahrungen</b>	<b>83</b>
6.1	Klinische Sozialarbeit	84
6.2	Kritisch ambitionierte Soziale Arbeit	88
6.3	Traumasesensibilität in der Sozialen Arbeit	90
<b>Modul 7</b>	<b>Beziehungsorientierte Soziale Arbeit</b>	<b>95</b>
7.1	Die Begegnung im Zentrum	95
7.2	Die bindungsorientierte Soziale Arbeit	101
7.3	Das traumpädagogisch-therapeutische Milieu	105
7.4	Übertragung und Gegenübertragung	107
<b>Modul 8</b>	<b>Einrichtungen der Sozialen Arbeit</b>	<b>119</b>
8.1	Die Pädagogik des Sicheren Ortes	119
8.2	Transparenz und klare Strukturen	123
8.3	Schutzkonzepte	126
<b>Modul 9</b>	<b>Soziale Arbeit der Selbstbemächtigung</b>	<b>135</b>
9.1	Das Konzept des guten Grundes	138
9.2	Partizipation und soziale Teilhabe	141
9.3	Traumaorientierte Gruppenarbeit	145

**TEIL 4 STABILISIERENDE METHODEN DER TRAUMABERATUNG UND  
TRAUMAPÄDAGOGIK**

---

<b>Modul 10</b>	<b>Die Förderung des Selbstverstehens</b>	<b>152</b>
10.1	Bedeutung und Geschichte der Psychoedukation	153
10.2	Psychoedukation nach traumatischen Erfahrungen	155
10.3	Sprache als Brücke	157
<b>Modul 11</b>	<b>Die Förderung der Wahrnehmung der Gefühle</b>	<b>163</b>
11.1	Ich fühle, also bin ich	163
11.2	Gefühle nach traumatischen Erfahrungen	167
11.3	Wahrnehmung der Gefühle	167
11.4	Ausdruck der Gefühle	169
<b>Modul 12</b>	<b>Die Förderung der Selbstregulation</b>	<b>175</b>
12.1	Regulation von Gefühlszuständen	175
12.2	Hilfe im Notfall	177
12.3	Dissoziationen als unerwünschte Nebenwirkungen nach traumatischen Erfahrungen	179
12.4	Ideen zum Stoppen von Dissoziationen	181

---

<b>Modul 13 Die Förderung der Körper- und Sinneswahrnehmung</b>	187
13.1 Traumatische Erfahrungen als verkörperte Schrecken	188
13.2 Angebote für den Körper nach traumatischen Erfahrungen	190
13.3 Berührung	192
13.4 Bewegung, Anspannung und Entspannung	193
13.5 Achtsamkeit	194
<b>Modul 14 Die Aktivierung der Ressourcen</b>	199
14.1 Ressourcenorientierung	199
14.2 Ressourcenaktivierung	201
14.3 Genusstraining	205
<b>Modul 15 Stabilisierung durch Imaginationen</b>	211
15.1 Die Arbeit mit inneren Bildern als Heilkunst	211
15.2 Imaginationen in der Traumabewältigung	212
15.3 Anleitung von Imaginationen	214
<b>16. Fazit</b>	219
<b>Literaturverzeichnis</b>	223
<b>Stichwortverzeichnis</b>	243
<b>Bereits erschienen in der Reihe KOMPENDIEN DER SOZIALEN ARBEIT</b>	245