

EINFÜHRUNG IN DIE TRAUMAPÄDAGOGIK

Interne Fortbildungsveranstaltung der Kinder- und
Jugendhilfe St. Josef am 04.12.2017

Gliederung

1. Definition und Konzepte der Traumapädagogik
2. „Danach ist nichts mehr wie es war“
Trauma und Traumafolgen
3. Resilienz- und Schutzfaktoren
4. Traumakompensatorische Muster
5. Grundhaltung der Traumapädagogik
6. Sicherer Ort – die fünf sicheren Orte
7. Gruppenarbeit und Präsentation der Ergebnisse

„Traumapädagogik ist ein Sammelbegriff für die im Besonderen **entwickelten pädagogischen Konzepte** zur Arbeit mit **traumatisierten Kindern und Jugendlichen** in den unterschiedlichen Arbeitsfeldern.“

Martin Kühn 2008

Konzepte der Traumapädagogik

- Die „traumazentrierte Pädagogik“ nach Uttendörfer (2008)
- Pädagogik des sicheren Ortes nach Kühn 2007
- Konzepte der Selbstbemächtigung nach Weiß 2009
- Traumapädagogische Gruppenarbeit nach Bausum 2009
- Stabilisierung und Selbstfürsorge für PädagogInnen als institutioneller Auftrag (Lang 2009)
- Milieutherapeutische Konzepte (Gahleitner 2010, Wagner 2009)

„DANACH IST NICHTS
MEHR WIE ES WAR“

Trauma und Traumafolgen

Was ist ein Trauma?

- Ereignis, das plötzlich/unerwartet eintritt
- kann aufgrund seiner Intensität nicht eingeordnet und verarbeitet werden (**Reizüberflutung**)
- löst Gefühle von existentieller Bedrohung (Todesangst) aus
- Volksmund: „völlig aus der Bahn geworfen“, „den Boden unter den Füßen weggezogen“

Traumaereignis

Ursache		Einmalig (Typ 1)	Anhaltend (Typ 2)
Naturkatastrophen		z.B. Erdbeben, Überschwemmung	daraus resultierender Verlust der Heimat und Verarmung
Man-made Disaster	Identifikations- fremde Menschen	z.B. Überfall durch fremde Soldaten; Angriff durch Fremde	z.B. daraus resultierende Vertreibung; körperliche Folgen
	Identifikations- figuren	Bedrohung bzw. Übergriff durch vertraute Menschen, durch Familienangehörige, durch Mutter oder Vater	Misshandlung, Missbrauch oder seelische Grausamkeit im sozialen Nahfeld, in der Familie

entnommen aus: Weinberg, D. (2008): Traumatherapie mit Kindern

Traumaereignis

verstärkend für das Erleben als Trauma:

- durch Menschen verursacht
- allein gelassen sein
- Ungewissheit
- Ausmaß der erlebten Hilflosigkeit und Ohnmacht



Auch Zeugenschaft kann als Trauma erlebt werden

Traumatisierung in der Kindheit

Kognitive/emotionale Entwicklung: Fähigkeit das Ereignis einzuordnen („Verwirrung“)

- Z.B.: Sexueller Missbrauch: sexuelles Erlebnis ist nicht integrierbar, da dem kindlichen Entwicklungsstand völlig unangemessen
- Verwirrung besonders auch durch plötzlichen/unerwarteten Wechsel im Verhalten eines Erwachsenen (z.B. borderline-Eltern, impulsive Gewaltausbrüche)

Traumatisierung in der Kindheit

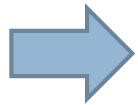
- Geringere Möglichkeiten Unterstützung zu holen
- Abhängigkeit von den Bindungspersonen
- „Vergessene Kinder“: mit sich beschäftigt sein der Erwachsenen

Was passiert im Gehirn?

Gefahr	
„Gaspedal“	„Bremspedal“
Aktivierung für Flucht oder Angriff	Flucht oder Angriff ist nicht möglich, Ereignis hält an
Nervensystem: Sympathikus	Nervensystem: Parasympathikus
Ausschüttung von Stresshormonen: Sie aktivieren für Flucht oder Angriff, sorgen für Schmerz- und Angstreduktion	Drosseln, Abbau von Energie: Körper versucht abzuschalten
Beschleunigung von Atem- und Herzfrequenz	Erstarrung, Bewegungslosigkeit, Unterwerfung

Was passiert im Gehirn?

Die Gefahr kann nicht gebannt werden:



- Aktivierungsniveau bleibt enorm hoch
- Informationsverarbeitung und –speicherung im Großhirn sind blockiert
- Wahrnehmung, Gefühle, Handeln, Denken und Sprache sind unverbunden
- Das Gefühlserleben bleibt aktiv
- **Das Ereignis wird wie Splitter eines Spiegels abgespeichert, da die einzelnen Teile nicht verbunden werden können**
= Überlebensmechanismus, aber auch Hauptursache für viele Symptome

Wie wird das Ereignis empfunden?

Gefühle:

- Konfus und widersprüchlich
- (Todes-)Angst
- Hilflosigkeit, Verzweiflung, Ohnmacht
- Ekel, Scham, Schmerz
- Verwirrung
- Entsetzen, Wut
- Innere Leere

Wie wird das Ereignis empfunden?

Körper:

- Erhöhte Pulsfrequenz
- Raschere Atmung
- Übelkeit
- Zittern
- Körperliche Unruhe
- Innere Erstarrung (wie eingefroren)

Wie wird das Ereignis empfunden?

Gedanken:

- Nicht steuerbar
- „Ich muss funktionieren“

Später: Was hätte ich tun können? Bin ich selbst schuld? Warum habe ich überlebt/warum bin ich in Sicherheit und die anderen nicht?

Folgen

- Verlust von Sicherheit
- Vertrauen in die Welt ist erschüttert
- Gefühl der Isolation, Nicht-Verstanden-Werden
- Überforderung der gewohnten Verarbeitungsstrategien setzt (vorübergehend) die Leistungs-, Merk- und Konzentrationsfähigkeit außer Kraft
- Die Zukunft erscheint als unberechenbar
- Bisherige Überzeugungen und Werte sind in Frage gestellt (z.B. Vertrauen in Menschen)

Folgen

- Schreckhaftigkeit, Angstzustände, Erinnerungsblitze und
gleichzeitig:
- Erschöpfung, innere Leere, Bedrücktheit
- Dauerhaft erhöhte Aktivierung
- Stresspegel!
- Traumaspezifische Symptome

„Der Körper erinnert sich“

Bestimmte Reize (z.B. Gerüche oder Geräusche) „triggern“, d.h. aktivieren die Splitter und die damit verbundenen Mechanismen (z.B. Panikgefühl) und die dazugehörige Körperreaktion (z.B. Stresshormone)

Wichtig: Das können die Betroffenen nicht kontrollieren und nicht einordnen!

Das Erlebnis ist nicht: „wie damals“, sondern „**gerade jetzt**“

Trauma-Folgen

Genetisch gesteuertes motorisches Programm

Kämpfen
Kontrollieren

Fliehen
Vermeiden

Täuschen
Rationalisieren

Erstarren
Absterben

1. Wenn das motorische Programm nicht möglich ist:

Akute Belastungsreaktion

Ärger,
Überaktivität

Angst,
Rückzug

Betäubung,
Regression

Schock, Ohnmacht,
Hilflosigkeit

2. Wenn die akute Belastungsreaktion unbehandelt bleibt:

Posttraumatische Belastungsreaktion

Dauerwachsamkeit
Unruhe
Misstrauen

Ängstlichkeit
Besorgtheit
Alpträume

Bewusstseins-
trübungen,
Dissoziation

Depression: Gefühle
von Wertlosigkeit,
Hilflosigkeit, Schuld

Trauma-Folgen

Genetisch gesteuertes motorisches Programm

Kämpfen Kontrollieren	Fliehen Vermeiden	Täuschen Rationalisieren	Erstarren Absterben
--	------------------------------------	---	--------------------------------------

3. Wenn Traumatisierungen aus der Kindheit stammen:

Neurotische Symptombilder

Zwang
Aggressivität

Angst -
Panikstörungen

Dissoziative
Störungen

Depression

4. Bei sehr frühen Traumatisierungen:

Persönlichkeitsstörungen

Mangelnde
Impulskontrolle,
Gewalt, Delinquenz

Angst
Regression

Wahn
Spaltung

Depression

Symptome der Posttraumatischen Belastungsreaktion

Allgemein gültig	Spezifisch für Kinder
Übererregung	
Schlafstörungen Reizbarkeit und Wut Konzentrationsschwierigkeiten Übertriebene Schreckreaktion	Nächtliches Aufwachen Angst vor dem Schlafen gehen Hyperaktivität Ungehorsam und Aggressivität Extreme und schnelle Stimmungswechsel
Wiedererleben	
Intrusive Erinnerungen Träume mit traumaspezifischem Inhalt Reinszenierungen	Posttraumatisches Spiel/Wiederinszenierung Alpträume mit/ohne spezifischen Inhalt

Symptome der Posttraumatischen Belastungsreaktion

Allgemein gültig	Spezifisch für Kinder
Vermeiden	
Vermeiden von Gedanken, Gefühlen, Gesprächen, Aktivitäten, Erinnerungen Vermindertes Interesse Eingeschränkte Affekte Eingeschränkte Körperwahrnehmung	Abflachung der allgemeinen Reagibilität Eingeschränkte Spielfähigkeit Vermeiden von Ruhepausen Sozialer Rückzug Regression Leben in heilen Phantasiewelten Gefühle ständiger Langeweile und Leere

Nicht jede Katastrophe oder Gewalterfahrung wird zum Trauma

- Häufigkeit und Dauer der Erlebnisse
- Umstände der traumatischen Situation
- Stand der kognitiven, emotionalen und sozialen Entwicklung
- Vorhandensein schützender Faktoren
- Resilienz- und Schutzfaktoren

Resilienz- und Schutzfaktoren


- Intelligenz, gute kognitive Fähigkeiten
- sozioökonomischer Status/materielle Sicherheit
- Erfolge in Schule und Ausbildung
- Fähigkeit zur Selbstregulation, Entspannung
- Selbstsicherheit/positiver Selbstwert/positives Selbstkonzept/Selbstvertrauen/optimistische Lebenseinstellung
- Sichere Bindung und die Fähigkeit wichtigen Bezugspersonen zu vertrauen
- Gute Eltern-Kind-Beziehung, autoritativer Erziehungsstil
- Spiritualität, erlebter Schutz im Glauben

Traumakompensatorische Muster

- Um mit den direkten Auswirkungen einer Traumatisierung besser umgehen zu können, entwickeln Kinder/Jugendliche **Dynamiken**, welche das **Überleben sichern**. Diese haben sich oft verfestigt und werden als **automatische Stressreaktionen unwillkürlich** und **teils unbewusst abgespult**. Traumatisierte Kinder/Jugendliche haben gelernt präzise zu beobachten und daraus schnell Schlüsse zu ziehen. Sie können ihr Verhalten rasch wechselnden Gegebenheiten anpassen und dadurch Situationen kontrollieren oder vermeiden. Die Kinder lernen schnell, welche Knöpfe sie drücken müssen um andere für sie einzunehmen, gegen sich aufzubringen oder gegeneinander auszuspielen. Die daraus resultierenden manipulativen **Verhaltensweisen dienen der Kontrolle** und zur **Angst- bzw. Stressreduktion**.

- Lügen hilft Minderwertigkeitskomplexe abzuwehren oder entspringt der Angst für Fehlverhalten hart bestraft zu werden.
- Maskierungsgefühle dienen dazu die ursprünglichen viel schlimmeren Gefühle nicht wahrnehmen zu müssen und werden unbewusst und unwillkürlich als schützend hochgefahren.
- Wut auf eine Vertrauensperson ist häufig einfacher auszuhalten als die Traurigkeit darüber enttäuscht worden zu sein.
- Ärger darüber zum Schulbesuch gedrängt worden zu sein ist evtl. weniger furchtbar als die Angst vor dem Schulbesuch.
- Alles, was an das ursprüngliche Trauma erinnert, kann die ursprünglichen Gefühle (Angst, Schmerz, Einsamkeit) triggern und Kontrollverluste auslösen. Durch die Vermeidung an die Erinnerung des Traumas erhalten Betroffene einen Teil der Kontrolle zurück und schützen sich vor überwältigenden Gefühlen.

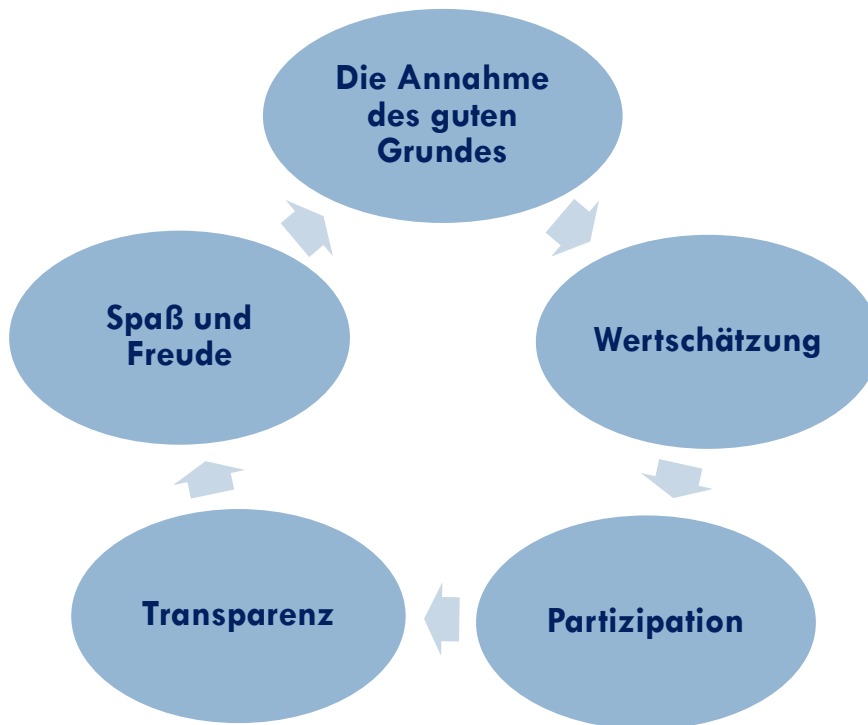
- **Angstbeseitigung** dient dazu aufsteigende Todesangst nicht mehr spüren zu müssen, es wird alles getan um das Überleben zu sichern: Kampf, Flucht oder Totstellen.
- **Vermeidungsmethode** dient dazu Gefühle der Wertlosigkeit zu vermeiden. Kritik wird als so demütigend erlebt, dass Nebenkriegsschauplätze eröffnet werden (Themawechsel, Methoden der Angstbeseitigung, heftige Argumentationen: teilweise schon präventiv um erwartete Kritik zuvorzukommen).
- **Anstrengungsverweigerung** wehrt die Angst vor Überforderung und Versagen, letztendlich der Hilflosigkeit, ab.
- **Kontroll- und Machtstrategien** dienen der Beseitigung erlebter Ohnmacht. Das Gefühl der Kontrolle ergibt sich daraus, dass wichtige Bezugspersonen sich so verhalten, wie es den bisherigen Erfahrungen entspricht und dem daraus abgeleiteten Selbst-, Menschen- und Weltbild.
- Teufelskreis: Viele Krisen werden vermieden, wenn man sich auf die zugrunde liegenden Gefühle fokussiert anstatt auf die offensichtlichen Verhaltensweisen.



„HALTUNG
IST EINE KLEINE SACHE,
DIE EINEN
GROßEN UNTERSCHIED
MACHT“

Sir Winston Churchill

Grundhaltung



- **Die Annahme des guten Grundes:** „Alles was ein Mensch zeigt, macht Sinn in seiner Geschichte!“
- **Wertschätzung:** „Es ist gut so, wie du bist!“
- **Partizipation:** „Ich traue Dir was zu und überfordere Dich nicht!“
- **Transparenz:** „Jeder hat jederzeit das Recht auf Klarheit!“
- **Spaß und Freude:** „Viel Freude trägt viel Belastung!“

Weitere Werte und Haltung in der Traumapädagogik

- **Autorität:** Pädagogen, die stark und gut sind, eröffnen traumatisierten Kindern/Jugendlichen eine neue Perspektive und sind Vorbild der Selbstbemächtigung.
- **Positive Absicht:** Jedes Verhalten eines jeden Menschen entspringt zu jedem Zeitpunkt einer positiven Absicht!
- **Wahrheit und Wirklichkeit:** Wahrheit beinhaltet, dass es eine einzige Wahrheit gibt; bei dem Konzept der Wirklichkeit geht es darum, was auf mich wirkt und auf was ich wirke.
- **Ressourcenorientierung:** Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- **Fachlichkeit:** Das Wissen um entsprechende Dynamiken hilft die positiven Absichten anzuerkennen, fachliche Einschätzungen vorzunehmen, sich nicht persönlich zu verstricken und professionell zu handeln.
- **Selbstfürsorge:** Bereitschaft und Fähigkeit für uns selbst gut zu sorgen, die eigenen Dynamiken und Reaktivitäten immer wieder selbstreflexiv zu betrachten.
- **Lebensfreude:** Als wertvolles Gegengewicht schwerer und bedrückender Seiten. Lebensfreude ist Grundhaltung, Transportmittel und pädagogisches Ziel in der Traumapädagogik.

Hochwirksame **Überlebensstrategien aufzugeben** und **alternative Verhaltensweisen** zu erlernen bedarf eines **sicheren Ortes**



Die fünf sicheren Orte: **Äußerer** sicherer Ort, **Personaler** sicherer Ort,
Das Selbst als sicherer Ort,
Spiritualität als sicherer Ort, **Innerer** sicherer Ort

Äußerer sicherer Ort

Gegenmodell der oft als gefährlich erlebten Welt, keine drohende Gefahr oder Abwehr dieser, Geborgenheit und Sicherheit kann erlebt werden. Dies erfordert Rahmenbedingungen, die Bedarfe betroffener Kinder/Jugendlicher erfüllt:

- Einen Rahmen, in welchem körperliche, psychische, soziale und spirituelle Grundbedürfnisse gut abgedeckt sind.
- Reduktion von Risikofaktoren und Zurverfügungstellung möglichst vieler Resilienzfaktoren.
- Menschen, bei welchen sie sich sicher, geborgen, wohl und wertgeschätzt fühlen.
- Lebensbedingungen, die Behaglichkeit, Beheimatung und Lebensfreude vermitteln.
- Transparenz, Vorhersehbarkeit, Berechenbarkeit und Kontrollierbarkeit nach innen und nach außen (dies erfordert u.a. flexibel-stabile halt gebende Strukturen und Möglichkeit der Partizipation).
- Ein pädagogisches Milieu, das schützend, versorgend, stärkend und fördernd ist, sodass Vertrauen in die eigene Person sowie die eigenen Fähigkeiten und das Spüren des eigenen Wertes neu erlernt werden können (u.a. individuelle Möglichkeiten der Partizipation).
- Ausreichend geschulte Mitarbeiter.
- Räumlichkeiten und Ausstattung

Personaler sicherer Ort

ist eine Person, bei der sich Kinder/Jugendliche sicher und geborgen fühlen. Auch dann, wenn äußere Gefahren drohen oder das Kind/der Jugendliche sich selbst als gefährlich und böse erlebt.

- Sichernde Person steht zuverlässig zur Seite, bemüht sich alle Herausforderungen zu meistern und schützt vor allen Gefahren (i.d.R. Eltern).
- Sicherer Hafen, von dem aus sich Kinder/Jugendliche in die (potentiell gefährliche) Welt begeben, sich dort bewähren und sicher zurückziehen können (einzelne Person, Gruppe, Freundeskreis).
- Traumatisierte Kinder ohne sicherheitsgebenden Erwachsenen müssen eigenständig für sich und womöglich für andere Sicherheit schaffen, was eine ständige Überforderung bedeutet.
- Um dies leben zu können benötigen Mitarbeiter den entsprechenden Rahmen durch Leitung, Konzeption, ausreichend Wissen und Können bezüglich Traumatologie, Bindungstheorie und störungsspezifischer Pädagogik.
- Sichere Mitarbeiter verstehen um diese Dynamik und können sich in ihrer Hilfestellung an das Veränderungstempo der Betroffenen anpassen.
- Durch das Erleben sicherer, beständiger, verlässlicher und liebevoller Beziehungen kann Zugehörigkeit entwickelt, positiv erlebt und alte Beziehungsmuster überschrieben werden.

Für die Beziehungsgestaltung bedeutet dies u.a.:

- Die Beziehungen sind sicher, langfristig, verlässlich, wertschätzend und wohlwollend.
- Es herrscht innere und äußere Präsenz der Bezugspersonen vor.
- Nähe wird angeboten aber nicht eingefordert. Beziehungsangebote sind transparent, unterstützend und wahren die persönlichen Grenzen der Kinder/Jugendlichen.
- Beziehungsangebote orientieren sich konsequent an Bedürfnissen der Kinder/Jugendlichen und berücksichtigen diejenigen der Mitarbeiter.
- Für eine heilsame Wirkung ist es notwendig sich der eigenen Macht in Person und Rolle bewusst zu sein und diese transparent und zum Wohle einzusetzen.
- Nähe und Beziehung gehen nicht mit unangemessenen Ansprüchen oder Verpflichtungen einher, sie geschehen ihrer selbst wegen.
- Mitarbeiter haben einen sicheren Umgang mit Dynamiken wie Übertragungen/Gegenübertragungen, persönlichen Verstrickungen, Ambivalenzen der Betreuten, Beziehungsfallen, Manipulationen und erhalten Hilfe für deren Bewältigung.
- Jegliche Gewalt in Form von Übergriffen, Drohungen, anzüglichen Bemerkungen, Entwertungen, Entwürdigungen oder Ausgrenzungen wird nicht geduldet.
- Mitarbeiter kennen und erkennen traumakompensatorische Verhaltensweisen, handeln präventiv und deeskalierend und greifen bei Grenzüberschreitungen sichernd ein.
- Kinder/Jugendliche in starker Regression erleben ihr Kuscheltier als personaler sicherer Ort = Würdigung

Das Selbst als sicherer Ort

Das Vertrauen ausreichend für sich selbst zu sorgen und sich zu schützen ist durch das Erleben von Hilflosigkeit, ausgeliefert, gefährdet und somit minderwertig zu sein, verloren. Kontrollverluste verängstigen und stellen das Selbst in Frage.

- Das Selbst als sicherer Ort bedarf der Erfahrung bei sich selbst sicher zu sein, Herausforderungen meistern zu können, sich selbst zu schützen, zu wehren, zu erleben keine Gefahr für sich oder andere zu sein, sich selbst als wertvoll zu erleben.
- Zentrale Aspekte sind Vorgehensweisen und Rahmensetzungen zur Steigerung der Lebensfreude, des Selbstwerterleben und Selbstwirksamkeitserleben, Wiederherstellung bzw. Ausbau von Selbstkontrolle und Selbststeuerung, Training sozialer Kompetenz (insbesondere Problemlösungskompetenzen und Hilfen dabei, sich schützen oder wehren zu können bzw. zu wissen wo man sich Hilfe holen kann).
- Hilfreich ist eine Ressourcenorientierung, die Fokussierung auf normale und gesunde Anteile.
- Es erfordert einen wachen Blick mit welchen Aufgaben ein Kind/Jugendlicher noch überfordert ist, wofür noch keine Verantwortung übernommen werden kann und welche Hilfestellungen diesbezüglich hilfreich sind (Prävention der Erfahrung erneut zu scheitert). Ebenso wichtig ist alles was der Stabilisierung dient und dazu beiträgt, dass Kontrollverluste seltener, weniger heftig ausfallen oder verschwinden. Bis dahin gilt es, einen Rahmen zu setzen, in dem Kontrollverluste möglichst sicher und ohne Schaden für sich oder andere aufgefangen werden können.
- Erster guter Einstieg ist das gemeinsame Verstehensmodell von Traumatisierung und der individuellen Traumadynamik.

Spiritualität als sicherer Ort

Eine der stärksten Resilienzfaktoren stellt der Glaube an eine höhere Macht dar, die mir wohlgesonnen ist. Wer sich von solchen Mächten geborgen und beschützt weiß, braucht keine äußeren Gefahren zu fürchten und fühlt sich sicher.

- Die Einbindung in eine Gruppe ähnlich denkender kann den Effekt noch verstärken.
- Spirituelles Wohlbefinden wird von der WHO als eigenständiger Bestandteil umfassender Gesundheit bezeichnet.
- In klassischen Erziehungskontexten oder aus persönlicher Überzeugung der Mitarbeiter werden spirituelle Gedanken meist gering beachtet.
- Kinder/Jugendliche, die ein entsprechendes Weltbild mitbringen, sollten selbstverständlich darin unterstützt werden (durch Reflexion, Ausübung der Praktiken im Alltag, Teilnahme an Treffen oder Glaubensfeiern).
- Spirituelle Gruppen/ religiöse Gemeinschaften bedienen sich vielfältiger Rituale, aus denen sich weitere Rituale finden oder ableiten lassen, die mit oder ohne spirituellem Hintergrund gefüllt werden können (Weihnachtsfeier). Gemeinsame Erlebnisse werden geschaffen.
- Spiritualität, die in Druck oder Angst wurzelt, ist hingegen ein klarer Risikofaktor, den es gemeinsam aufzulösen gilt.

Innerer sicherer Ort

- Aufdrängende dissoziative Zustände (Flashbacks, Intrusionen) haben geringfügige bis starke äußere und innere Auslöser.
- Um sich wirkungsvoll vor diesen zu schützen ist es hilfreich sich einen inneren sicheren Ort zu schaffen, an den man sich jederzeit begeben kann und an dem einen weder äußere noch innere Reize quälen können.
- Kinder/Jugendliche lernen dabei sich kontrolliert in eine selbst gewählte Dissoziation zu begeben sowie diese auch eigenständig wieder zu beenden.
- Wirkt der Dynamik entgegen, in ängstigen Situationen unkontrollierter Dissoziation ausgesetzt zu sein.

Betroffene Kinder/ Jugendliche können sich nur dann sicher fühlen, wenn sie...

- ...sich an einem äußeren sicheren Ort befinden, an dem keine Gefahren drohen.
- ...sich bei Menschen befinden, die sie beschützen und alle Gefahren abwehren.
- ...Sicherheit bei sich selbst finden, also auf sich selbst vertrauen und davon ausgehen, alle Herausforderungen und Gefahren sicher meistern zu können.
- ...sich von spirituellen Mächten behütet und geborgen fühlen.
- ...alle äußere Gefahr sowie sie bedrängende innere Bilder ausblenden und sich an einen sicheren Ort begeben können.

Diese fünf sicheren Orte gilt es in der Traumapädagogik zu gewähren oder zu erarbeiten!

Unabhängig davon, wie gut es uns gelingt, die dargestellten fünf sicheren Orte für Kinder/ Jugendliche bereit zu halten bzw. diese mit ihnen zu erarbeiten, ist letztendlich deren Gefühl von Sicherheit oder Unsicherheit das ausschlaggebende Kriterium:

Was brauchst du, um dich wirklich sicher zu fühlen?

Quellen

- Kirchner, E./Wildwasser Würzburg e.V. (2017): unveröffentlichte Power Point Präsentation zu Trauma und Traumafolgen
- Weinberg, D. (2008): Traumatherapie mit Kindern. Stuttgart: Klett-Cotta
- www.bag-traumapaedagogik.de//info@bag-traumapaedagogik.de geöffnet am 17.11.2017
- https://www.google.de/search?q=Traumap%C3%A4dagogik&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwiT87ag197XAhWHIOwKHecdCYwQ_AUIDCgD&biw=1525&bih=734 geöffnet am 17.11.2017
- Baierl, Martin/ Frey, Kurt (Hrsg.) (2016): Praxishandbuch Traumapädagogik, Vanderhoeck & Ruprecht GmbH & Co.KG, Göttingen