

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
1.3 Traumaspezifisches Symptomverstehen	41
1.4 Biografische Erkundungen.....	43
Traumatische Situationsfaktoren.....	43
1.5 Risiko- und Schutzfaktoren	49
Risikofaktoren und Vulnerabilitäten	49
Schutzfaktoren	58
2 Leitlinien traumabezogener Interventionen im sozialpädagogischen Alltag	60
2.1 „Erst verstehen – dann handeln“ (P. Moor)	60
Das Konzept des guten Grundes.....	63
Traumapädagogische Navigation in sozialpädagogischen Arbeitsfeldern.....	68
2.2 Safety First – pädagogische Orte als sichere Orte	69
2.3 Die Fachkraft als <i>sicherer Hafen</i> – Bindungsorientierung in der Traumapädagogik.....	80

	Die Pädagogin als primäre Bindungsperson und fürsorgliches Introjekt	90
	Personale Kompetenzen und Voraussetzungen für bindungsorientierte Pädagogik	92
2.4	Stabilisierung und Ressourcenorientierung	93
	Konsequente Ressourcenorientierung in der Praxis	94
	Pädagogische Schatzsuche auf der Insel der Persönlichkeit	96
	Die Schatzkarte des pädagogischen Alltags	104
2.5	Arbeit mit dem Trauma	117
	Psychoedukation	118
	Enttabuisierung	122
	Traum sensible Biografiearbeit	123
2.6	Das multidimensionale Selbst – Ego-States und Innere Teams	126
	Es ist normal, verschieden zu sein	128
	Traumapädagogische Ego-State-Arbeit	137
2.7	Traumabasierte Störungen der Affekt- und Impulskontrolle	143
	Präventive Entschärfungsmaßnahmen	145
	Katastrophenschutz – Strategien zur Distanzierung und Selbstberuhigung	148
	KatastrophenhelferInnen – Unterstützung bei Reorientierung und Stressregulation (Handwerkszeug für HelferInnen)	157
2.8	Erste Hilfe bei Akuttrauma	158
	Schockphase	159
	Stressmanagement in den ersten 4–6 Wochen	160
2.9	Psychotherapeutische Hilfen	165
	Trauma-fokussierte kognitiv-behaviorale Therapie (TF-KBT)	168
	Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)	170

Narrative Expositionstherapie für Kinder (KIDNET) ...	173
Traumazentrierte Spieltherapie	174
Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie (PITT) ..	175
Die Evidenz (Wirksamkeit) der Verfahren	175
Pharmakotherapie und stationäre Traumabehandlung ...	177
3 Stabilisierung und Selbstfürsorge im Helfersystem als Schutz vor Sekundärer Traumatisierung	179
3.1 Das Vorkommen Sekundärer Traumatisierung in der Kinder- und Jugendhilfe	182
3.2 Selbstfürsorge als Schutzfaktor	185
Übungen zum Schutz vor überflutenden Emotionen ...	187
Übungen zur Selbstannahme	190
Übungen zum Selbstwirksamkeitserleben	192
3.3 Psychohygiene im Team	193
Schlussbetrachtungen	197
Anhang	201
Literatur	212
Sachregister	222