

Inhalt

Vorwort zur 5. Auflage.....	9
Einleitung.....	12
1 Was ist ein Trauma?	20
1.1 Psychobiologische Reaktionen auf ein Trauma	23
Die traumatische Zange	23
Traumatisierung aus der Perspektive des Nervensystems	25
1.2 Symptombildung als Traumafolge	29
Posttraumatische Belastungsstörungen.....	30
Entwicklungsverzögerungen als Folge traumatischer Erschütterungen	41
Instabile Bindungsentwicklung als traumabasierte Folgeerscheinungen.....	45
Schuld- und Schamgefühle.....	48
Dissoziative Phänomene	50
1.3 Traumaspezifisches Symptomverstehen.....	51
1.4 Biografische Erkundungen.....	53
Traumatische Situationsfaktoren.....	53
Diskriminierungserfahrungen	59
1.5 Risiko- und Schutzfaktoren	60
Risikofaktoren und Vulnerabilitäten.....	60
Schutzfaktoren	69
2 Leitlinien traumabezogener Interventionen im sozialpädagogischen Alltag.....	71
2.1 „Erst verstehen – dann handeln“ (P. Moor).....	71

	Das Konzept des guten Grundes.	74
	Traumapädagogische Navigation in sozialpädagogischen Arbeitsfeldern	80
2.2	Safety First – pädagogische Orte als sichere Orte	81
2.3	Die Fachkraft als sicherer Hafen – Bindungsorientierung in der Traumapädagogik	95
	Die Pädagogin als primäre Bindungsperson und fürsorgliches Introjekt	105
	Personale Kompetenzen und Voraussetzungen für bindungsorientierte Pädagogik	107
2.4	Stabilisierung und Ressourcenorientierung	108
	Konsequente Ressourcenorientierung in der Praxis	110
	Pädagogische Schatzsuche auf der Insel der Persönlichkeit	112
	Die Schatzkarte des pädagogischen Alltags	120
2.5	Arbeit mit dem Trauma	133
	Psychoedukation	134
	Enttabuisierung	138
	Traumasesensible Biografiearbeit	140
2.6	Das multidimensionale Selbst – Ego-States und Innere Teams	142
	Es ist normal, verschieden zu sein	145
	Traumapädagogische Ego-State-Arbeit	154
2.7	Traumabasierte Störungen der Affekt- und Impulskontrolle	160
	Präventive Entschärfungsmaßnahmen	162
	Stressbarometer/Stressskala	165
	Katastrophenschutz – Strategien zur Distanzierung und Selbstberuhigung	166
	Skills, Notfallliste und Notfallkoffer	169
	KatastrophenhelferInnen – Unterstützung bei Reorientierung und Stressregulation (Handwerkszeug für Helfende)	176
2.8	Erste Hilfe bei Akuttrauma	177
	Schockphase	178

	Stressmanagement in den ersten 4–6 Wochen	179
2.9	Psychotherapeutische Hilfen	184
	Trauma-fokussierte kognitiv-behaviorale Therapie (TF-KBT)	187
	Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)	189
	Narrative Expositionstherapie für Kinder (KIDNET) ..	192
	Traumazentrierte Spieltherapie	193
	Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie (PITT) .	194
	Die Evidenz (Wirksamkeit) der Verfahren	194
	Neue Entwicklungen	196
	Körper- und Bindungsorientierte Therapieverfahren ...	197
	Pharmakotherapie und stationäre Traumabehandlung ..	198
3	Stabilisierung und Selbstfürsorge im Helfersystem als Schutz vor Sekundärer Traumatisierung	199
3.1	Das Vorkommen Sekundärer Traumatisierung in der Kinder- und Jugendhilfe	202
3.2	Selbstfürsorge als Schutzfaktor	205
	Übungen zum Schutz vor überflutenden Emotionen ...	207
	Übungen zur Genussfähigkeit	210
	Übungen zur Selbstannahme	211
	Übungen zum Selbstwirksamkeitserleben	213
3.3	Psychohygiene im Team	214
	Schlussbetrachtungen	218
	Anhang	222
	Literatur	233
	Sachregister	246