Traumasensible Handlungsmöglichkeiten im Unterricht

253267_web_R_K_B_by_Stephanie Hofschlaeger_pixelio.de

Workshop beim Wendepunkt Elmshorn
am 22.11.2018

Dipl. Beh.-Päd. Julia Bialek
Traumapädagogisches Institut Norddeutschland
www-tra-i-n.de

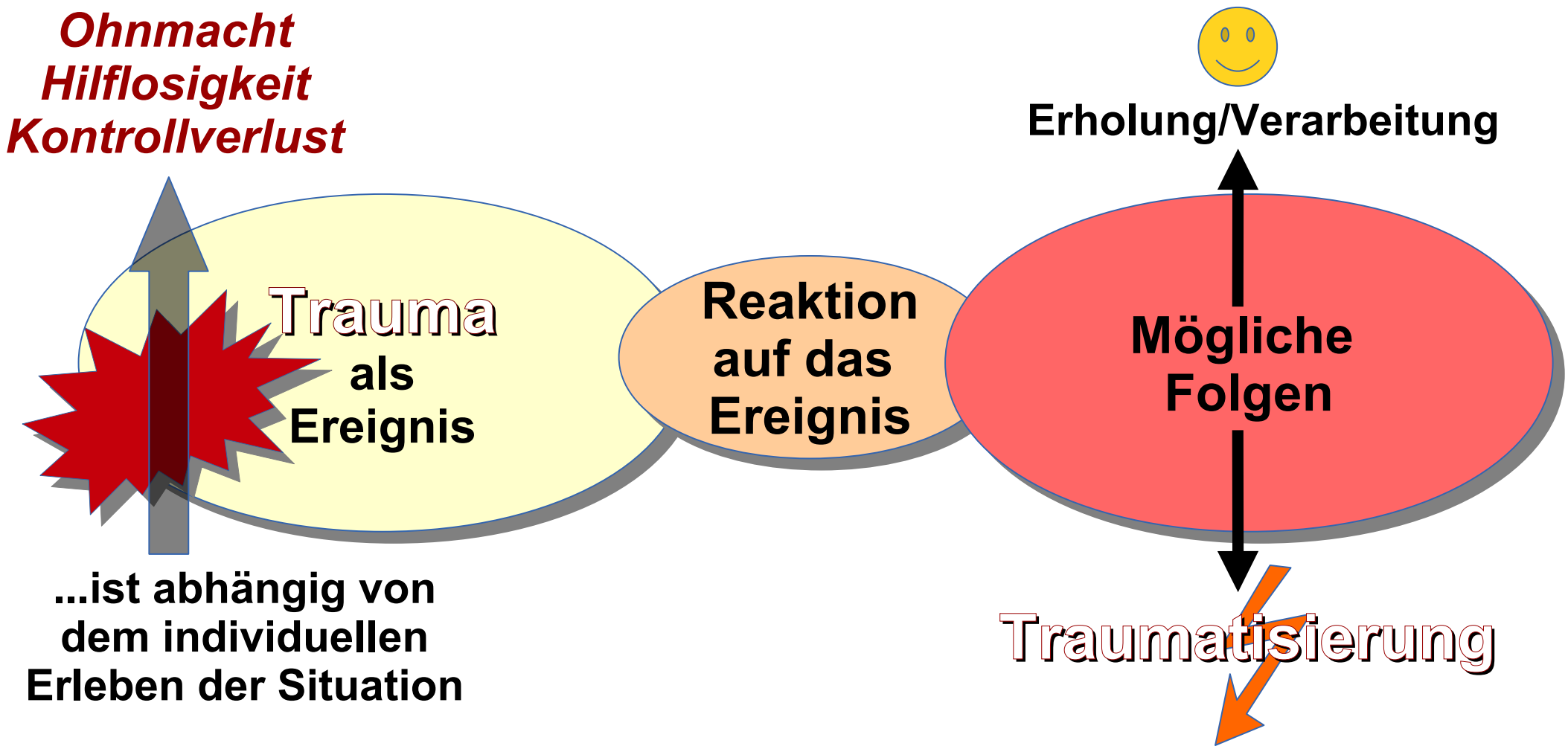
© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Traumabegriff und Traumaereignis

Foto: Pixelio/Spreckelmeyer

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Unterscheidung der Begrifflichkeiten von Trauma & Traumatisierung



© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

„Psychisches ***Trauma ist das Leid der Ohnmächtigen****.*

Das Trauma entsteht in dem Augenblick, wo das Opfer von einer überwältigenden Macht ***hilflos*** *gemacht wird.*

Ist diese Macht eine Naturgewalt, sprechen wir von einer ***Katastrophe****.*

Üben andere Menschen diese Macht aus, sprechen wir von ***Gewalttaten****.*

Traumatische Ereignisse ***schalten das soziale Netz aus****, das dem Menschen gewöhnlich das Gefühl von* ***Kontrolle****,* ***Zugehörigkeit zu einem Beziehungssystem*** *und* ***Sinn*** *gibt.“*

(Judith Herman, 1993)

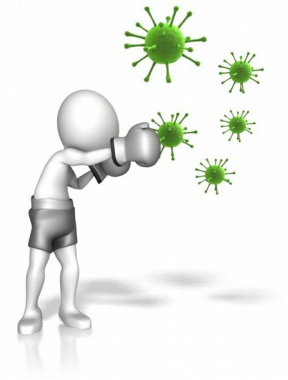
© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Reaktionen auf ein Trauma

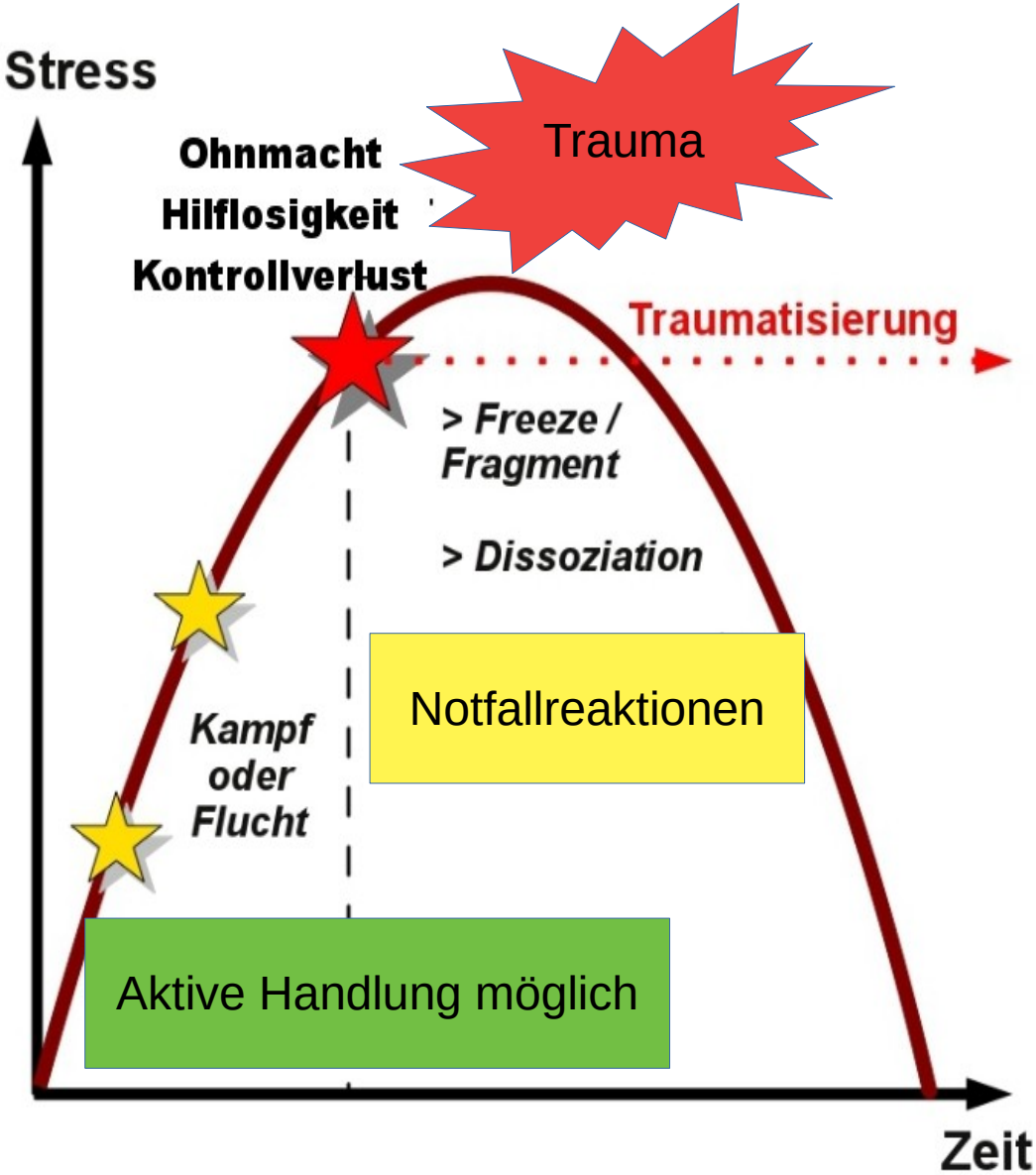
Foto: Pixelio/Sabine Koriath

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Trauma = (griech.) Wunde, Verletzung

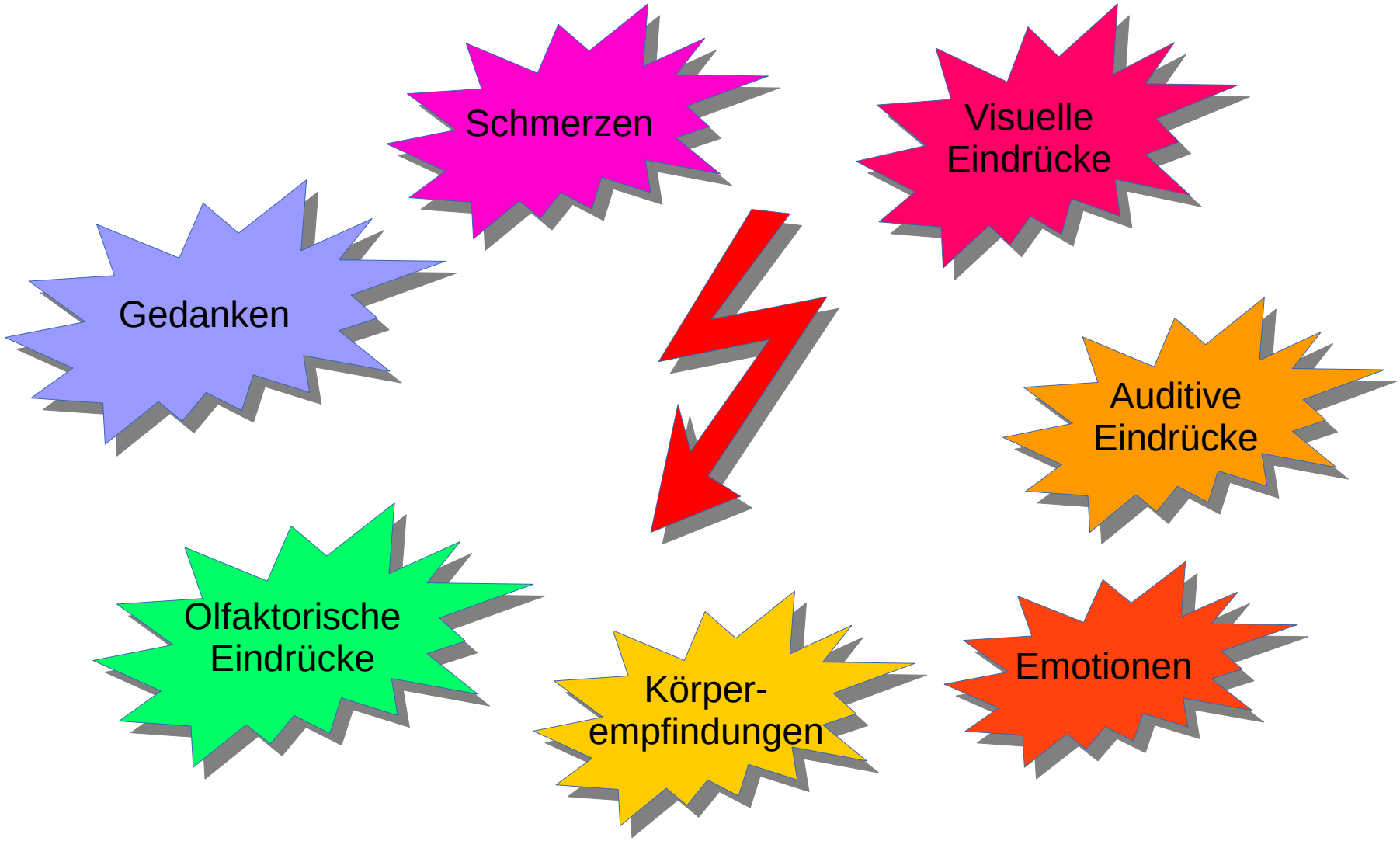


Bindungssystem!



© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Peritraumatische Dissoziation



© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Mögliche Ausdrucksformen einer Traumatisierung

Foto: 100111_web_R_K_B_by_Klicker_pixelio.de

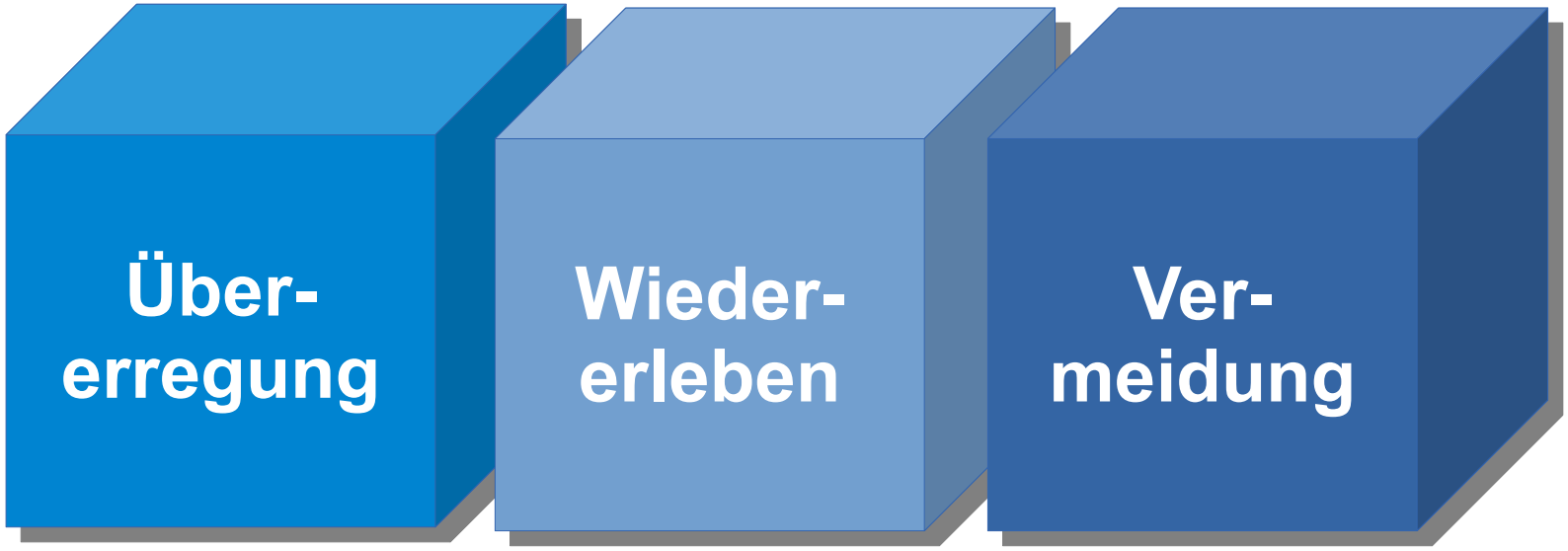
© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Diagnose: „PTBS“

*„Posttraumatische Belastungs**störung**“*

oder

*„Posttraumatische Belastungs**reaktion**“?*



© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

1. Übererregung

- Kontrollverhalten
- Überwachsamkeit
- Schlafstörungen
- Schreckhaftigkeit
- Reizbarkeit, Aggressivität
- Schnelle Stimmungswechsel
- Hyperaktivität
- Lernstörungen
- Konzentrationsschwierigkeiten

S. Hofschlaeger_pixelio.de

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

2. Wiedererleben

- Flashbacks
- Albträume
- Posttraumatisches Spiel
- Reinszenierungen als „Opfer“ oder „Täter“

S. Hofschlaeger_pixelio.de

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

3. Vermeidung

- Gedanken, Erinnerungen, Orte…..
- Kommunikation
- Interessen, neue Erfahrungen
- Gefühle, Körperempfindungen
- Entwicklung

Anne Garti_pixelio.de

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Pädagogische Interventionen

Übererregung

Beruhigung des Stressystems

Wahl- und Kontrollmöglichkeiten schaffen

Partizipation

(Selbst) Verstehen der Verhaltensweise!

Gestaltung Sicherer Orte!!

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Pädagogische Interventionen

Wiedererleben

Reinszenierung unterbrechen

Kontakt/Dialog herstellen

Reorientierung ins Hier und Jetzt

(Selbst) Verstehen der Verhaltensweise!

Handlungsfähigkeit herstellen

Selbstregulationsungsfähigkeit herstellen

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Pädagogische Interventionen

Vermeidung

Anforderungen anpassen

Kleinschrittig arbeiten

Entlastung von Scham und Schuld

(Selbst) Verstehen der Verhaltensweise!

Anerkennen der Überlebensleistung

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Der neurologische Kontext

Foto: Pixelio/Tim Reckmann

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

„In dieser Situation wird das Großhirn sozusagen „abgeschaltet“ wir funktionieren dann vorwiegend auf der Funktionsebene des Stammhirns. Hier werden alle physiologischen Reaktionen für Herz, Kreislauf, Blutdruck und Atmung organisiert und koordiniert. Dies bedeutet: Einerseits wird zwar mit diesen Stammhirnfunktionen das ***Überleben garantiert,*** *andererseits sind aber Fühlen, Denken, Erinnern, Handlungsplanung, Empathie, Sprache, also* ***alle wesentlichen Großhirnfunktionen, beeinträchtigt*** *bis ganz „abgeschaltet“, blockiert“*

Brisch, 2018 in: Bindungstraumatisierungen

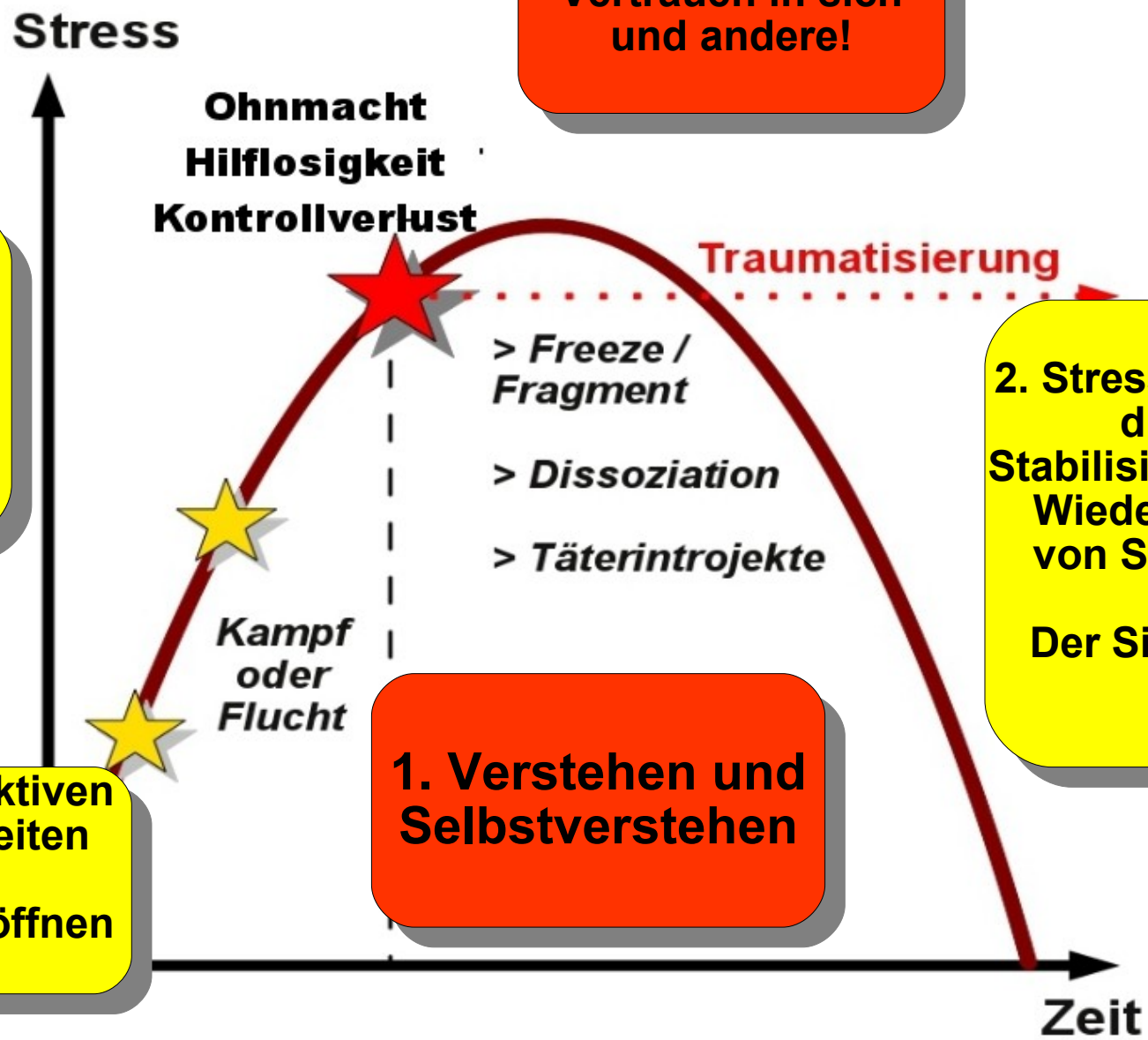
© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Traumapädagogische Grundprinzipien

Foto: Jetti Kuhlmann/Pixelio

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Wiedererlangen von Vertrauen in sich und andere!



3. Unterstützung In bedrohlichen und triggernden Situationen

Kriseninterventi on

2. Stressreduktion durch Stabilisierung und Wiedererleben von Sicherheit

Der Sichere Ort

4. Erweiterung der aktiven Handlungsmöglickeiten

Handlungsräume eröffnen

1. Verstehen und Selbstverstehen

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

„Nach bisherigem Erfahrungswissen kann man davon ausgehen, dass die Korrektur des Verlustes von Vertrauen durch neue, positive Erfahrungen über die ***Verlässlichkeit von Beziehungen*** *der vielleicht wichtigste Ansatzpunkt zur Bearbeitung traumatischer Erfahrungen ist.“*

Hüther 2002

Foto: Pixelio, I vista

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Möglichkeiten zur Fallbesprechung 1

Weil……..

Jedes Verhalten ist hoch sinnhaft und enthält eine eigene Entwicklungslogik! (Jantzen 2002)

Der Mensch macht … (beschriebenes Verhalten)

WEIL ……..

……..

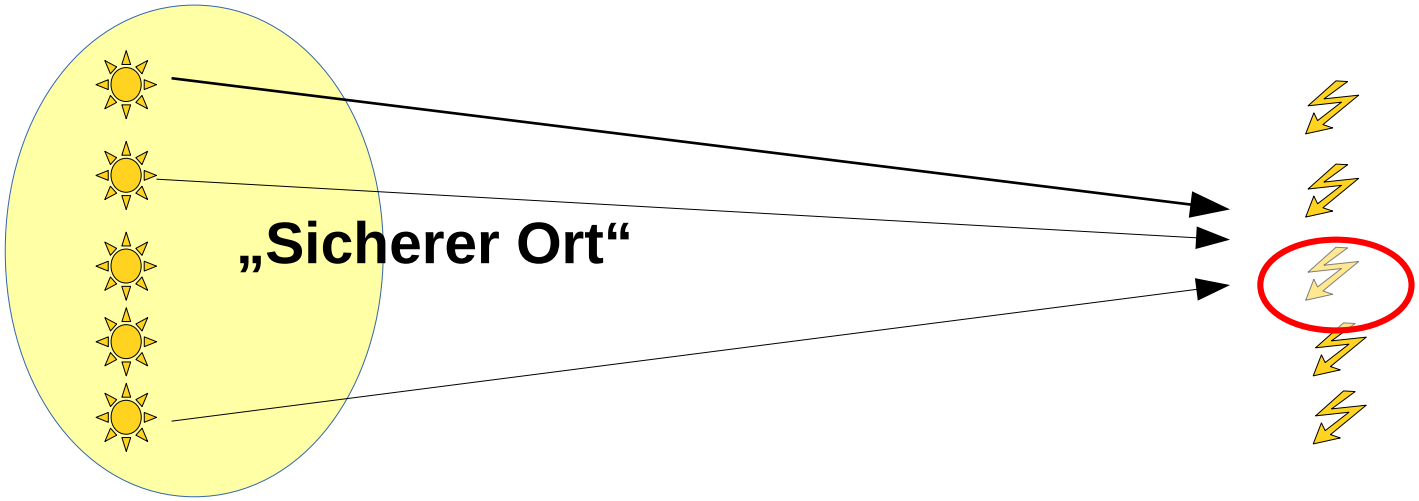
……..

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Gemeinsam mit dem Menschen Gelingensbedingungen erkunden:

Was mindert den Stress?
Wo geht es mir gut?

Was erhöht den Stress?
Wo geht es mir nicht gut?



möglichst ausweiten!

möglichst minimieren!

Was können wir aus den guten Situationen für die schlechten lernen und umgekehrt?

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Triggeranalyse

Auslöser	Reaktion	Hilfreiches	Nicht Hilfreiches

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Methode: Stressbarometer

Verschiedene Alltagssituationen nach Erregungsniveau einordnen

Beim Ein-schlafen

Im Fussball-verein

Beim Abend-essen

Im Mathe-unterricht

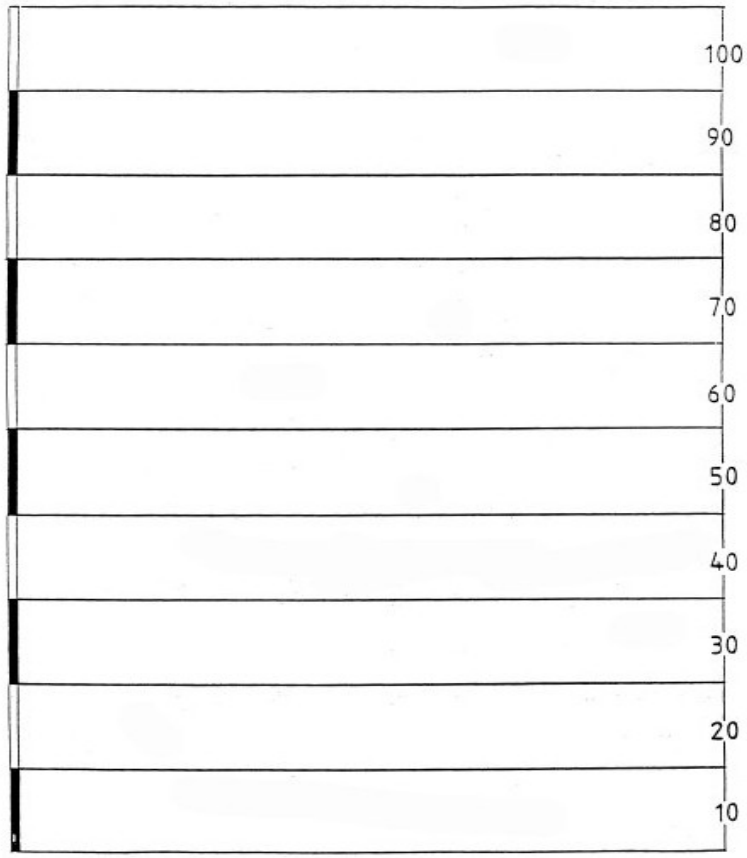
In der Klassen-arbeit

In der großen Pause

Beim Aufwachen

Im Schulbus

Stressbarometer (MASTR)



© Kinder Trauma Institut, Offenburg

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Gesteuertes Anforderungsprofil

Anforderungen jeglicher Art müssen so gestaltet werden, dass sie leistbar sind!

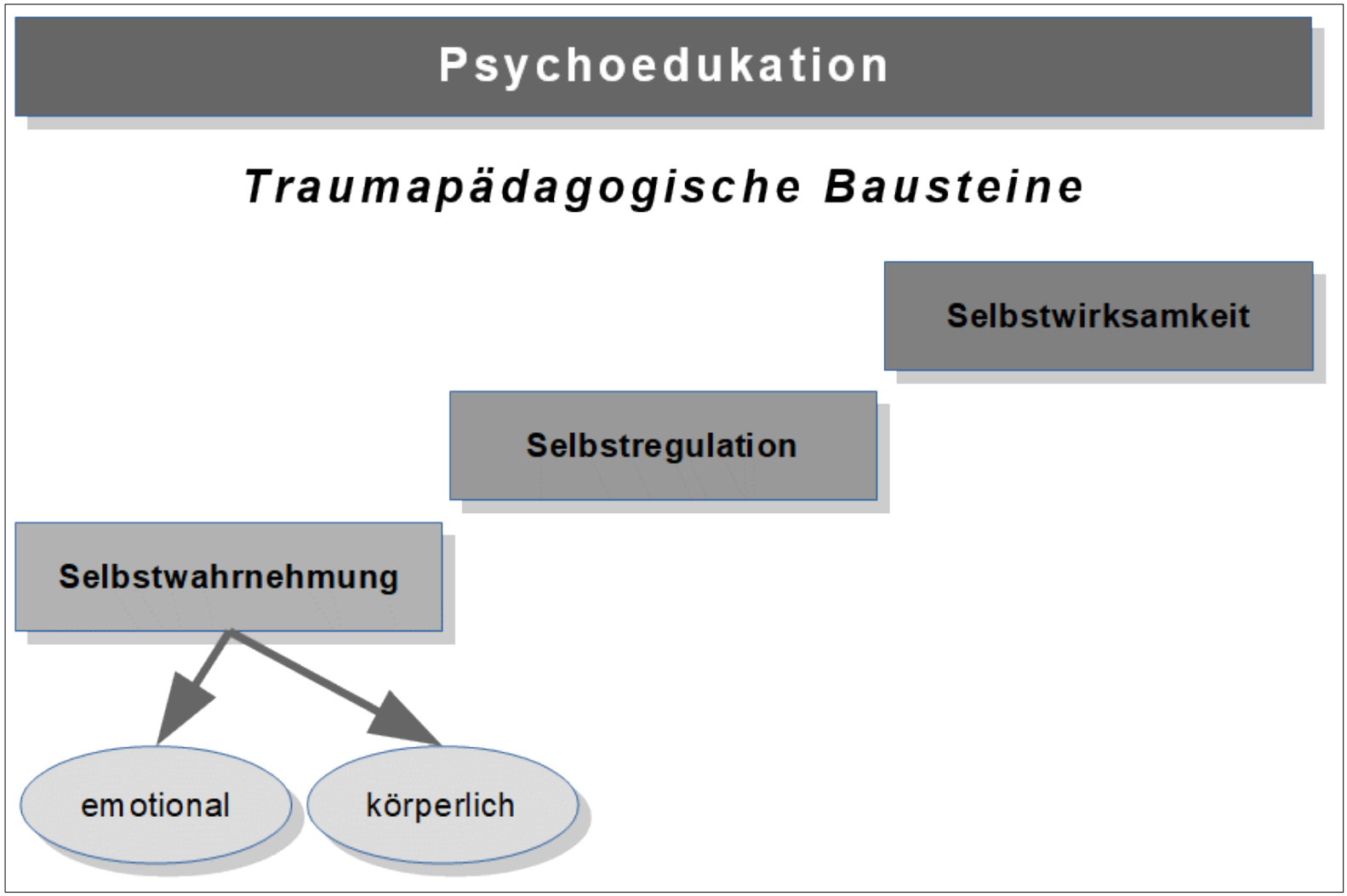
Sonst werden Erfahrungen von

Handlungsunfähigkeit wiederholt!

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

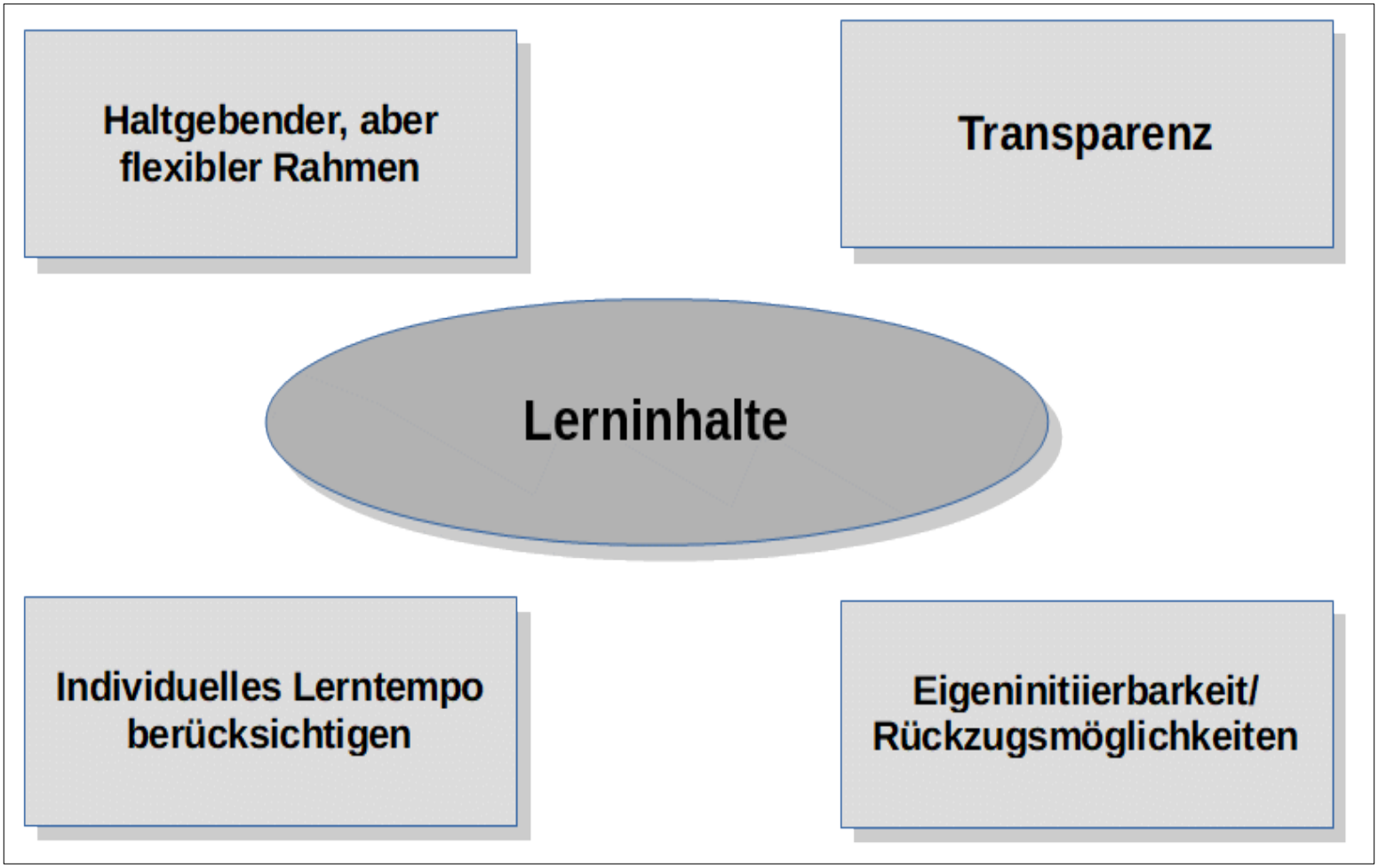
1. Phase: Stabilisierung

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland



2. Phase: Handlungsfähigkeit herstellen

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland



3. Phase: Lernen

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Hilfreiche Adressen

Traumapädagogik

www.traumapaedagogik.de/
www.bag-traumapaedagogik.de/

TherapeutInnen

http://www.degpt.de/
http://www.emdria.de/
http://www.refugio-bremen.de/
http://www.baff-zentren.org/

Informationen/Unterstützungsmatierialien Flucht

https://www.kita-aktuell.de/
https://www.kita.nrw.de/node/406
https://www.youtube.com/channel/UCf4ArRYBA2ecLVrOo8Z6_Ug
http://www.refugee-trauma.help/
http://www.be-here-now.eu/
http://www.nds-fluerat.org/
http://www.bptk.de/aktuell/einzelseite/artikel/wie-helfe-ic-1.html

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Psychoedukation

Hilfreiche Seite in mehreren Sprachen:

http://www.refugee-trauma.help/

Psychoedukative Videos bei Youtube:

Notfallprogramm:
https://www.youtube.com/results?search_query=notfallprogramm+trauma

Stressregler:
https://www.youtube.com/watch?v=gGJRb3ChHgI&list=PLLATv6axFK58J5gf8niwyDlkgOofn_QsD&index=2

Ruheatmung:
https://www.youtube.com/watch?v=nvHXxEvn08s&index=3&list=PLLATv6axFK58J5gf8niwyDlkgOofn_QsD

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

::Seminare::
..Fortbildung::
::Beratung::
::Supervision::

Wissen aus der Praxis
für die Praxis

traumapädagogisches institut
norddeutschland

Dipl. Beh.-Päd. Martin Kühn
& Dipl. Beh. Päd. Julia Bialek GbR

Findorffstr. 3
27726 Worpswede
04792 – 623 12 86

info@tra-i-n.de
www.tra-i-n.de

tra::i::n
traumapädagogisches institut norddeutschland

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland