

# ” Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen

von Birgit Mayr-Mauhart, Leiterin der Flexiblen Hilfen

**Viele der von uns betreuten Kinder und Jugendlichen haben traumatische Erfahrungen gemacht und leiden an den Folgen dieser Erfahrungen. Aber was ist eigentlich ein Trauma, und wie wirkt es sich aus:**

## Definition nach ICD 10

Ein Trauma ist eine verzögerte „Reaktion auf ein belastendes Ereignis oder eine Situation außergewöhnlicher Bedrohung oder katastrophenartigen Ausmaßes (kurz oder lang anhaltend), die bei fast jedem eine tiefe Verzweiflung auslösen würde.“

## Definition nach DSM IV TR

Das betroffene Individuum erlebt oder beobachtet ein Ereignis, welches mit ernsthafter Bedrohung der körperlichen oder psychischen Integrität der eigenen oder anderer Personen einhergeht.

## Mögliche Folgen

In der Regel unterscheidet man zwischen einfachen und chronischen Trauma-Einflüssen. Psychische Traumata sind immer von Gefühlen intensiver Angst, Hilflosigkeit, Kontrollverlust und drohender Vernichtung begleitet. In Folge treten traumatische Reaktionen auf und Handeln macht keinen Sinn. Die Bewältigungsmechanismen die bisher gegriffen haben, sind irrelevant und es entsteht völliger Kontrollverlust. Die traumatischen Situationen erschüttern das bisherige Selbst- und Weltverständnis.

Mögliche Folgen sind

- unerwünschtes Wiedererleben (Alpträume, Flashbacks),
- Vermeidungsverhalten (Vermeidung von Erinnerungsauslösern, soziale Isolation),
- erhöhte Erregbarkeit (Schlafstörungen, körperliche Unruhe).

## Traumapädagogische Arbeit

Wir vermitteln den Betroffenen Wissen über die Folgen von Traumatisierungen. Von zentraler Bedeutung ist es, sie dabei zu unterstützen, die eigenen Ressourcen wieder wahrzunehmen und zu fördern und Handlungskompetenzen zu erwerben, um in der Gesellschaft integriert zu bleiben. Eine wertschätzende und verstehende Haltung den traumatisierten Menschen gegenüber ist das Fundament dafür. Durch das Wissen über die Auswirkung von Traumatisierung wird den Betroffenen die Möglichkeit gegeben, diese Verhaltensweisen zu erkennen und Handlungsmuster zu entwickeln, mit denen sie ihr Leben meistern können.

Traumapädagogik zielt auf die Schaffung eines sicheren Ortes ab. Die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen können in Sicherheit ein positives Selbstbild entwickeln. Dem wiederholten Erleben von Hilflosigkeit und Ohnmacht soll durch Steigerung des Selbstwertgefühls und des Selbstbewusstseins entgegengewirkt werden. Wir setzen dort an, wo Stärken vorhanden sind. Zugleich ist es notwendig, die Betroffenen dabei zu unterstützen, das Geschehene in die eigene Lebensgeschichte einzuordnen.



Durch traumatische Erfahrungen verringert sich die Selbstwirksamkeitserwartung stark. Um die Selbstwirksamkeit zu erhöhen und dem Gefühl des Kontrollverlustes entgegenzuwirken wird mit den Personen daran gearbeitet, dass sie wieder das Gefühl der Autonomie erlangen. Partizipation ist ein enorm wichtiger Bestandteil der Traumapädagogik. Schließlich geht es darum, dass Menschen ihre eigene Lebensgeschichte gestalten können.

# ” Trauma-Bearbeitung in der sozialpädagogischen Familienbetreuung

von Birgit Mayr-Mauhart, Leiterin der Flexiblen Hilfen

Die sozialpädagogische Familienbetreuung arbeitet nach einem systemischen, ressourcen- und lösungsorientierten und vor allem traumasensiblen Ansatz. Entsprechend der daraus resultierenden Grundhaltung richten die SozialpädagogInnen schon zu Beginn ihrer Arbeit den Blickwinkel auf Ressourcen und Fähigkeiten in der Familie. Die Art und Weise der Gesprächsführung mit der Familie verändert deren Handlungsrepertoire bei der Erarbeitung neuer Lösungen.

Durch die sozialpädagogische Familienbetreuung werden hoffnungsvolle neue Perspektiven möglich, indem sie den Blick weg von den Problemen, hin zu Lösungen lenkt. Dabei ist eine transparente, wertschätzende, respektvolle und kooperative Grundhaltung gegenüber der Familie wichtig. Wesentlich erscheint auch, dass den Familienmitgliedern ein generelles Verständnis von Traumatisierung nähergebracht wird, damit sie diese als Chance zur Veränderung erkennen können.

Eltern, die in ihrem Leben traumatische Erfahrungen gemacht haben, geben diese meist unbewusst an ihre Kinder weiter. Aufgrund der eigenen Erfahrungen kann die Mutter oder der Vater seine Rolle nicht wahrnehmen, was beim Kind indirekt zu unbefriedigten Bedürfnissen führt. Zusätzlich können diverse traumatische Verletzungen weiter gegeben werden, wie z.B. sexuelle und körperliche Gewalt, Vernachlässigung, Bindungstraumata und Erfahrungen von Tod (Fehlgeburten, Totgeburten, usw.).

Traumatische Kindheitserfahrungen können bei den Eltern zu verminderter Empathie in der Erziehung führen. Die erhöhte Impulsivität und die gespeicherten traumatischen Muster der Eltern erschweren den Umgang mit Konfliktsituationen in der Familie. Die Eltern erleben selbst erhöhten subjektiven Stress in der Beziehung mit dem Kind. Die Traumatisierung und die unsichere Bindung der Betroffenen führen zur verminderten Oxytocinverfügbarkeit\* mit der Folge, dass diese Eltern die Interaktion mit ihrem Kind als wenig belohnend erleben.

Mütter und Väter mit eigenen traumatischen Erfahrungen vermeiden Kontakt zu Emotionen, die mit dem eigenen Trauma in Verbindung stehen und reagieren auf unvorhersehbare Weise für das Kind. Bei Traumatisierung durch Krieg sind die Bindungsmuster meist nachhaltig und über Generationen gestört.

Die erlernte fehlende Sicherheit bei der Elterngeneration führt



Die Jungs wollen Fahrräder. Gebrauchte sind leicht aufzutreiben. Mit ihrem Betreuer machen sie diese fahrtüchtig. Das macht Mut und stärkt das Selbstvertrauen. Bald können sie losfahren.

zum Strukturverlust, auch das Alltagsgeschehen ist davon betroffen. Die Kinder erleben ihre Eltern als hilflose Menschen, die nichts bewirken können. Die Kindeseltern erleben Schwierigkeiten als enorme Herausforderung und befürchten, dass sie die Schwierigkeiten nicht meistern können und daran scheitern werden. Deshalb schließen sie häufig schon vorher die Augen und sind nicht mehr im Stande, autonom zu handeln und selbstwirksam zu sein. Der Teufelskreis beginnt. Die Kinder unterstützen die Eltern, diese fühlen sich dadurch immer nur noch hilfloser, die Kinder helfen den Eltern sich zu Recht zu finden – die Parentifizierung beginnt!

Traumasensibles Fallverstehen arbeitet an Standards, die pädagogischen Fachkräften helfen können, lebensgeschichtlich belastete, traumatisierte Kinder besser zu verstehen. Dieses Verständnis ist hilfreich in der alltäglichen pädagogischen Praxis. Es ist auch unterstützend für die Hilfe-, Betreuungs- und Entwicklungsplanung.

Durch ein traumasensibles Fallverstehen werden Ohnmacht und Hilflosigkeit bei Mitarbeiterinnen und Teams reduziert. Handlungsoptionen können entwickelt und dadurch negativen Auswirkungen vorgebeugt werden. Eine zentrale Grundlage dabei ist die traumapädagogische Grundhaltung der MitarbeiterInnen, mit der sie das Fallverstehen betrachten.

Eine zentrale Haltung in der pädagogischen Arbeit lässt sich in zwei Sätzen zusammenfassen: „Alles hat seine Zeit“. „Nicht alles geht zu jeder Zeit“.