

Hilfe für traumatisierte Kinder & Familien



Trauma-Protokoll



Aufwind-Institut
PD Dr. Katharina Klees

Trauma-Protokoll



1. Krisen-Skizze.....	3
2. Trauma-Diagnostik.....	5
3. Krisen-Ausstieg.....	7
4. Trauma-Intervention.....	9
5. Trauma-Trigger.....	12
6. Trauma-Schema.....	15
7. Stellvertreter-Konflikte.....	20
8. Krisen-Skala.....	22
9. Hilfeplanung und Kooperation.....	26
10. Lebenspraktische Begleitung.....	31
Übersicht.....	32

1. Krisen-Skizze

Bei der Krisen-Skizze wird eine Situation zwischen zwei oder mehreren Personen bildlich dargestellt, wenn diese sich in einer „Krisensituation“ befinden. Die Krisen-Skizze eignet sich entweder zur Supervision, um eine krisenhafte Situation im Nachhinein zu analysieren sowie als Instrument zur Reflexion einer Krise mit dem Kind oder seiner Familie. Wir wirken mit der Krisen-Skizze der Gefahr entgegen, in eine vorschnelle Interpretation zu verfallen und somit exakter handeln zu können. Jede Krisen-Skizze ist anders und jeder malt sie auch anders. Sinnvoll ist eine Passung zwischen Fachkraft und Klienten sowie deren Beziehung zueinander.

Strichmännchen malen

- Steuern durch Zusammenfassungen.
- Fragen stellen, was ich sehen würde, wenn ich die Szene als Bild male.
- Interpretationen gilt es auszuschalten, indem die Konzentration auf die Zeichnung gelenkt wird.
- Es ist wichtig, niemals etwas vorzugeben.
- Alle Erzählungen unterbrechen, die der ausgewählten Szene hinzugefügt werden wollen.
- Beim Zeichnen ist die Körperhaltung und die Mimik bedeutsam. Wie soll ich den Arm malen? Wohin schaut die Person? Wie ist der Mund der Person? Wo hat die Person die Hand?

Worte und Töne

Genau überlegen, was die Personen gesagt haben. Die Worte können in Sprechblasen gefasst werden, wie in einem Comic, das erleichtert die Übersicht. Beim Malen für den Klienten ist folgendes wichtig:

- Nach Worten und Tönen fragen. Sich am besten diktieren lassen, was genau in die Sprechblase soll.
- Eine Aussage möglichst auf den Punkt bringen. Keine langen Sätze aufschreiben. Darin sind oft vor allem Geschichten enthalten. Geschichten sind Interpretationen. "Das ist so, weil..."
- Was hat die Person genau gesagt?

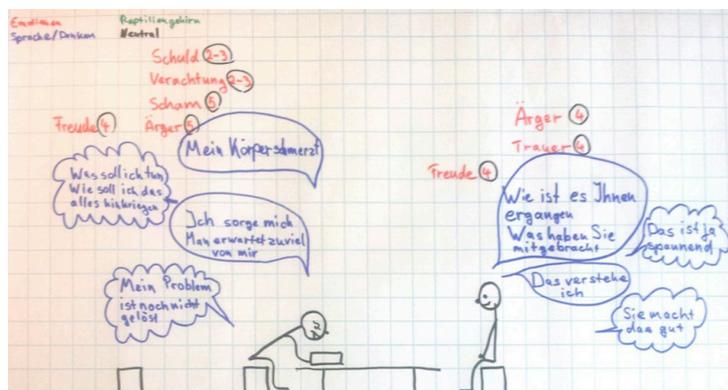
Die Emotionen benennen

Am Schwierigsten sind die Emotionen. "Ich fühle mich eingeengt" oder "Du verletzt mich damit" sind keine Emotionen sondern Interpretationen. Diese gilt es zu vermeiden. Deswegen ist es sehr sinnvoll, die Basisemotionen abzufragen.

- Angst, Trauer, Ärger, Verachtung, Schuld, Scham, Freude

Den Stimmungs-Wert erfragen

Die Werte von 1-10 mithilfe der Krisen-Skala (s. Punkt 8) zu erfragen, gibt eine Orientierung, in welcher Region des Gehirns ich oder eine andere Person sich befindet. Es ist sinnvoll, die Informationen in verschiedenen Farben zu ordnen: Blau für den NeoCortex. Rot für das Limbische System und Grün für das



Reptiliengehirn.

Wert der Emotion

- | |
|----|
| 10 |
| 9 |
| 8 |
| 7 |
| 6 |
| 5 |
| 4 |
| 3 |
| 2 |
| 1 |
- 8-10 sind Anzeichen für Frieden, Ruhe und heilsame Empfindungen
 - 6-7 sind Entscheidungs-Situationen, die darauf hindeuten, dass eine Person im Präfrontal-Cortex mit einer Anpassung an das Empfinden des anderen kämpft und sich gerade kontrolliert.
 - 4-5 sind Kinderzimmer-Emotionen, die darauf hindeuten, dass die Person im Limbischen System steckt und eine Situation aus der Kindheit getriggert wurde.
 - 1-3 sind Keller-Empfindungen, die darauf hindeuten, dass die Person im Reptiliengehirn ist (Notsituation).

Analyse der Emotionen

Angst: Die Angst braucht Achtsamkeit. Wenn sich die Person gehalten fühlt verschwindet die Angst.

Trauer: Die Trauer will die Verbindung spüren und entsteht durch das Gefühl der Verlassenheit. Wenn diese Person gehalten wird, wird die Trauer gut.

Ärger: Der Ärger will Einfluss nehmen bis hin zur Kontrolle. Wenn dieser Wunsch gesehen und ermöglicht wird, dann beruhigt dies sehr.

Schuld: Die Schuld sucht den Ausgleich zwischen Geben und Nehmen. Immer wenn einer zu viel gibt oder nimmt, dann entsteht diese Emotion. Wird für einen Ausgleich gesorgt, verabschiedet sich das Gefühl.

Scham: Die Scham will sich zugehörig zu einer Gruppe fühlen. Die Würdigung dessen, was eine Person leistet, führt zum Abklingen der Scham.

Verachtung: Die Verachtung zeigt sich dann, wenn jemand etwas als zu nah und eng empfindet, ohne dass die Bedürfnisse wirklich gesehen werden. Dann will man einfach nur noch wegstoßen. Das Mitempfinden mit den tatsächlichen Bedürfnissen, lässt die Verachtung zur Ruhe kommen.

Freude: Auch die Freude ist eine Basis-Emotion. Freude will den Genuss des Soseins. Wird dies akzeptiert, führt die Freude zur Entspannung

2. Trauma-Diagnostik

Was passiert im Gehirn bei einem Trauma?

Ein Reiz trifft auf den Thalamus und wird über das limbische System in einer lebensbedrohlichen Situation meist unter Ausschaltung des Neokortex zum Reptilienhirn geleitet, um eine schnelle Reaktion zu gewährleisten. Das Reptiliengehirn veranlasst in Kooperation mit der Amygdala und dem Hippocampus eine der Überlebensreaktionen: Kampf, Flucht oder Erstarren. Durch die Ausschüttung von Hormonen bzw. Botenstoffen erfolgt die Aktivierung des gesamten Organismus. Das Stresssystem (Amygdala, Hippocampus) wird bei wiederholten Traumata in seiner Funktion beeinträchtigt. Es verliert seine Dämpfungsfunktion. Die Steuerung der neurovegetativen Prozesse (schlafen, essen, verdauen, atmen, Kreislauf, Emotionen, Sexualität) im limbischen System wird beeinflusst durch neuronale Verknüpfungen, die als Automatismen abgespeichert werden.

Trauma-Symptome:

- Störungen des Sozialverhaltens
- Aggressiv-destruktive Handlungen gegen sich und andere
- Störungen der Affektregulation
- Zustände von Betäubung und Übererregung
- Impulsives und riskantes Verhalten
- Störungen in der Selbst- u. Fremdwahrnehmung
- Schwierigkeiten, Grenzen zwischen sich und anderen zu ziehen und zu halten
- Korruptes Wertesystem/brüchige Normen
- Fehlende Orientierung
- Lern- u. Aufmerksamkeitsstörungen
- Bewusstseinsveränderungen

Was ist ein Entwicklungs-Trauma?

Wenn die Ich-Du-Wippe zwischen dem Kind und den Hauptbezugspersonen durch nicht adäquate Reaktionen (s. traumatisierende Erfahrungen*) aus dem Gleichgewicht gerät, kann der schützende Stresskreislauf nicht in Gang gesetzt werden. Angriff oder Flucht ist für das Kind nicht möglich. Das wäre situationsverschärfend oder sogar lebensbedrohlich.

Im sich noch entwickelnden Hippocampus sterben durch chronische Traumaabläufe Zellen und die Fähigkeit zur Selbstregulierung nimmt ab. Die traumatisierenden Erfahrungen werden im limbischen System als neuronale Verknüpfungen („Trauma-Knubbel“) konserviert und durch einen Schutzmechanismus („Trojanisches Pferd“) unzugänglich gemacht (abgeschottet/abgespalten).

Störung:

- in der Regulation von Affekten und Impulsen
- der Wahrnehmung oder des Bewusstseins (Dissoziation, Depersonalisation)
- der Selbstwahrnehmung
- in der Beziehung zu anderen Menschen
- Veränderung von Lebenseinstellungen

Emotion	Entwicklungskonflikte		Trauma	
	ICH	Balance		DU / WIR
Angst Geburt – 3Mon.	<i>Achtsamkeit</i>	↔	<i>Nachlässigkeit</i>	Panik
Trauer 3 Mon. – 1 Jahr	<i>Verbindung</i>	↔	<i>Verlust</i>	Deprivation
Ärger 1. Jahr – 2 ½ Jahr	<i>Selbstständigkeit</i>	↔	<i>Abhängigkeit</i>	Kontrolle
Schuld 2 ½ Jahr – 3 ½ Jahr	<i>Ausgleich</i>	↔	<i>Ungleichgewicht</i>	Ausbeutung
Scham 4. – 5. Jahr	<i>Zugehörigkeit</i>	↔	<i>Leistung</i>	Demütigung

Entwicklungsphasen, Emotion und Trauma in früher Kindheit

3. Krisen-Ausstieg

Der kontrollierte Krisen-Ausstieg in 4 Schritten

Schritt 1: Aufmerksamkeit wecken

Derjenige, dem es gelingt, die akute Krise als solche wahrzunehmen und zu stoppen sagt: „Mir fällt gerade auf, dass dies zur Eskalation führt.“ Wenn es Ihnen als erste/r auffällt, dann halten Sie sofort inne, bleiben Sie möglichst ruhig und gefasst und vermeiden Sie umgehend jeden der vier apokalyptischen Reiter. (s.u.)

Schritt 2: Die Bitte um Ausstieg aus der Krise

Wenn dieser erste Schritt nicht dazu führen konnte, dass die anwesenden Personen mit den Angriffen oder negativen Gesten aufhören, dann sagen Sie: „Ich bitte darum, lasst uns aufhören und innehalten. Es ist besser Wünsche zu äußern oder Bedürfnisse zu klären als zu streiten.“

Schritt 3: Konsequenzen benennen

Sollte auch diese Aufforderung nicht helfen, greift die aufmerksamere Person zur Benennung einer zuvor ausgehandelten logischen Konsequenz. Sie erklärt: „Ich möchte nochmals bitten, dass wir mit dem Streiten aufhören. Wenn Wunsch übergangen oder Grenzen missachtet werden, ist es sinnvoller, dass wir kurz auseinander gehen.“ Der Ausstieg und der Rückzug, beides wird in einer gemeinsamen Vereinbarung festgelegt. Falls auch das nicht hilft, gehen Sie weiter.

Schritt 4: Die Krisen-Situation für einen bestimmten Zeitraum verlassen

Nun setzen Sie konsequent um, wozu Sie sich entschlossen haben und nutzen den Rückzug mit der Andeutung: „Wir können keine konstruktive Lösung für dieses Problem finden, wenn wir miteinander streiten. Deswegen gehe ich jetzt und komme in 20 Minuten zurück, wenn wir wieder konstruktiv miteinander umgehen können.“ Danach verlassen Sie den gemeinsamen Raum und kehren nach der vereinbarten Zeit zurück.

Die 4 apokalyptischen Reiter:

Kritik/ Vorwurf: Dieser Reiter zielt nicht auf das Verhalten, sondern auf die Person und ihren Charakter und soll Schuld zuweisen und verurteilend wirken.

Geringschätzung/ Verachtung: Hierzu zählen vor allem nonverbale Gesten und nonverbale Untertöne, wie bissiger Spott, Augenrollen, Auslachen, Hohn, abneigende Gesten, Grinsen, abschätziges Kopfschütteln und jeder mimische Ausdruck negativer Gedanken. Dieser Reiter drückt aus, dass es ungelöste Probleme gibt, die sich in Wut, Drohungen, Provokation und Streitsucht äußern.

Rechtfertigung: Hiermit versucht der eine Partner dem anderen die Schuld wieder zurückzuschieben. Rechtfertigungen lassen einen Konflikt eskalieren, da dem anderen nachgewiesen werden soll, wie dumm und ungerechtfertigt die Kritik ist.

Rückzug/ Mauern: Hier trägt eine Person scheinbare Gleichgültigkeit zur Schau, indem sie schweigt, das Zimmer verlässt, resigniert, Gesten des Zuhörens zurückhält und wie eine reglose Wand wirkt.

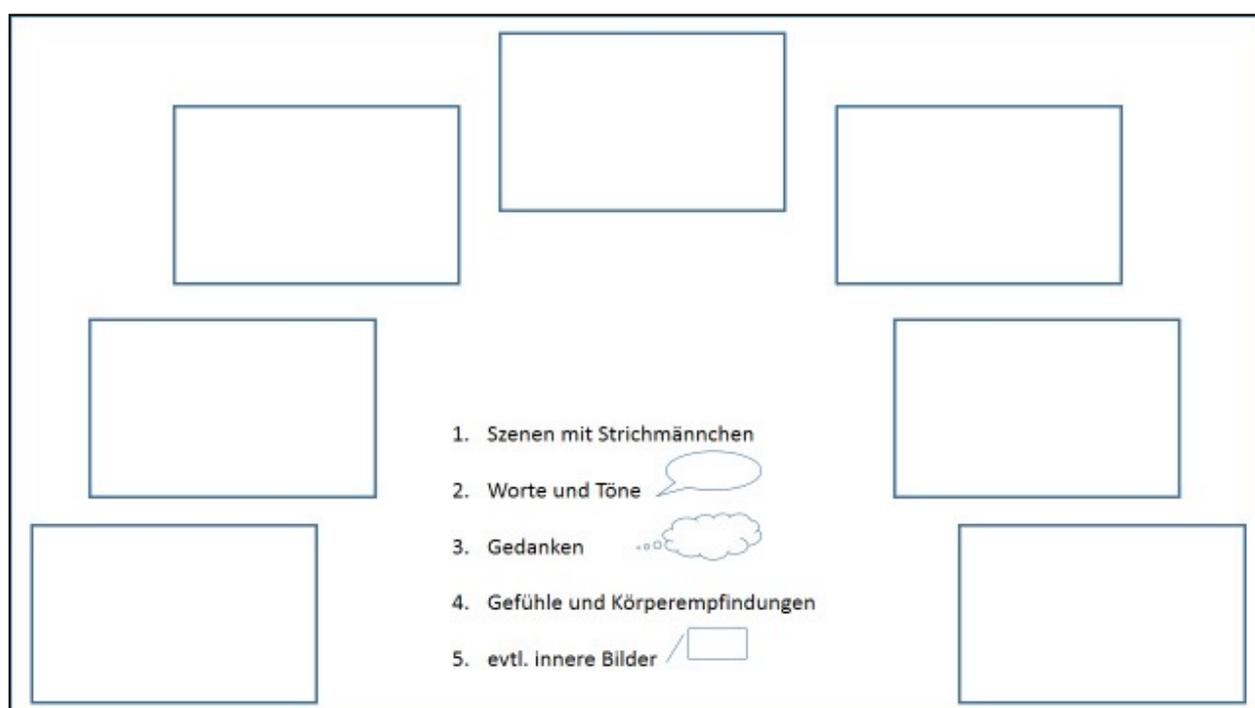
Wenn Sie später wieder zusammentreffen, ist es wichtig, dem anderen die Chance einer Klärung einzuräumen. Bitten Sie darum, dass die Personen sich für Grenzverletzungen beieinander entschuldigen. Eine Entschuldigung ist basisch und vermag wie eine chemische Neutralisierung die ätzende Säure der Negativität unschädlich zu machen. Wenn das nicht ausreichen sollte, schaffen Sie einen Ausgleich, indem Sie eine Tat zur Wiedergutmachung vorschlagen.



4. Trauma-Intervention

In einer traumatischen Situation werden Muster von emotionalen Interaktionen gebildet. Diese emotionalen Muster sind im Zwischenhirn gespeichert.

Das limbische System ist gerade in jungen Jahren sensibel für emotionale Eindrücke, da die kognitiven Fähigkeiten noch nicht in gleicher Weise ausgebildet sind. Deswegen bilden sich Trauma-Muster, die in einer Art Skript im Zwischenhirn gespeichert sind. Umso überwältigender diese Erfahrungen waren, umso tiefer ist das Skript im Emotionssystem - also dem Zwischenhirn/ Limbischen System - eingebrannt.



Durch das Aufmalen der traumatisierenden Erfahrung in einer Abfolge von Szenen kann dieses Trauma-Skript analysiert werden. So werden in aufeinander folgenden Bildern, die wahrgenommenen Gefühle, sinnlichen Stimulationen, die Dialoge sowie Gedanken und Phantasien gezeichnet und beschriftet.

Sie wählen mit dem Kind also eine emotional sehr entscheidende Szene und beginnen mit der ersten Zeichnung links unten, wo noch alles gut war. Danach malen Sie die letzte Zeichnung rechts unten, wo bereits alles wieder gut war. Als dritte Zeichnung fügen Sie ganz oben die schrecklichste Szene ein. Danach skizzieren Sie mit Strichmännchen jede der weiteren Zeichnungen von links unten bis zur schlimmsten Situation nach

rechts unten, wo es wieder gut war. Zuerst malen Sie nur die Bildchen, danach die Worte und Töne, dann die Gedanken und zum Abschluss Gefühle und Körperempfindungen.

Die anschließend eingefügten Dialoge, Gefühle, inneren Bildern und Gedanken geben ein sehr aufschlussreiches Bild über die Vorkommnisse. (Zuerst werden die Bilder von unten nach oben und zurück nach unten gemalt, dann folgen Worte, Gedanken, Gefühle, Körperempfindungen und innere Bilder.)

Die strukturierte Trauma-Intervention - zur Heilung akuter und einmaliger Traumata bei Kindern eingesetzt-, wird durch das comicartige Malen von emotional belastenden Szenen zur Abbildung abgegrenzter Situationssequenzen zur Bewältigung einer traumatisierenden Situation genutzt.

Die strukturierte Trauma-Intervention führt den Ablauf des Trauma-Musters vor Augen und stellt den Bezug zum aktuellen Verhalten her. Das Aufmalen und Innehalten gibt dem Kind die Möglichkeit, sich weitgehend von den schrecklichen Geschehnissen zu distanzieren. Da das Malen mit den guten Erfahrungen beginnt, wird das Grauen ein wenig abgemildert. Es hilft dem verstörten Kind, wenn Bilder, Worte, Gedanken, Gefühle und Körperwahrnehmungen getrennt eingefügt werden, da durch die gewollte Dissoziation das ungewollte Wegtreten unwahrscheinlicher wird.

Wenn eine erwachsene Person für das Kind malt, fühlt es sich begleitet und unterstützt. So kann das Kind oder der Jugendliche in einem geschützten Rahmen seine Geschichte erzählen. Auch für die begleitende Fachperson ist es einfacher, den Schrecken auszuhalten.

Die Methode entstammt dem Buch von Dorothea Weinberg.



Die Screen-Technik

Die Arbeit mit dem imaginären Bildschirm

Diese Übung hilft, etwas Schlimmes in einer größeren Distanz anzuschauen, zu verändern, vor- und zurückzuspulen. Dadurch wird das erlebte Trauma erträglicher und kann vor allem mitgeteilt, chronologisch erzählt und fehlende Teile ergänzt werden.



Der Klient wird gebeten, die Augen zu schließen. Die Begleitperson kann vielleicht den Arm leicht berühren. Dann soll sich der Klient eine Leinwand vorstellen, einen Monitor und auch einen DVD-Recorder, der den Film aufzeichnet. Auf diese imaginäre Leinwand wird dann das Erlebte zunächst ohne Gefühle projiziert. Der Klient sitzt geschützt und geborgen in einem vorgestellten Kinoraum. Dort fühlt er sich wohl. Er hat das Trauma überlebt.

Der Film kann angehalten, der Ton kann kontrolliert, es kann Farbe oder ein Standbild erzeugt werden. Oben auf der Leinwand kann ein viel schöneres Ereignis eingeblendet werden, was beruhigend und tröstlich wirkt. Die Begleitperson führt durch die schlimmsten Szenen ganz vorsichtig hindurch, fragt nach den wahrgenommenen Sinnen. Wenn es zu schrecklich wird, dann taucht der Klient wieder auf und macht erst weiter, wenn es wieder erträglich ist. Der Film kann auch bei schwierigen Szenen ganz langsam abgespielt werden. Traumatisierten Menschen fehlen oft wesentliche Erinnerungen. Diese können dann eingefügt werden.

Die Screen-Technik wird mit dem Notfall-Koffer, der Trigger-Übung oder anderen imaginativen Techniken verbunden. Es kann auch hilfreich sein, einzelne Szenen nachzumalen.

5. Trauma-Trigger

Die Ressourcen-Übung

Bereitlegen:

Drei Meditationskissen, Liste: Trigger & Ressourcen

Zuerst macht man sich eine Liste der schlimmsten Triggersituationen und Sätze. Dabei ist es wichtig, diese Liste in einer sehr angenehmen Stimmung zu schreiben und dabei gut für sich zu sorgen (Tee, Kerze, Musik, Kuscheltier, etc.). Dann kommt die Liste mit den Ressourcen an die Reihe.



Am besten werden die Ressourcen mit allen Sinnen wahrnehmbar aufgeschrieben.

Nun kommen die drei Meditationskissen zum Einsatz. Ein Kissen für die übende Person, eines für den Trigger und das dritte Kissen für die Ressourcen.

Es ist möglich, die Übung allein zu machen, auf den Kissen zu sitzen und den Trigger zu spüren, um dann auf die Ressourcen zu wechseln. Jedoch können auch Menschen der Trigger sein oder die Ressourcen ausschmücken.

Die übende Person sollte sich dem Trigger nur so lange aussetzen, wie es gerade eben zu ertragen ist. Danach wendet sie sich der Ressource zu. Irgendwann verliert der Trigger seinen Horror. Dann hat die Übung ihren Zweck erfüllt. Die Ressource steht nun immer zur Verfügung, sobald der Trigger wieder aktiviert wurde.

Diese Übung entstammt dem Somatic Experiencing® von Peter Lewin

Übung: Schmetterlings-EMDR

Diese Übung eignet sich im Kontext von Beratung.

Sie ist sehr beruhigend und dennoch heilend.

Am besten eignet sich dazu die Musik von Wing-Wave¹, da der Rhythmus passend ist.



Bereitlegen: Malblock, Stifte, Musik, Meditationskissen

Am besten setzt man sich auf den Boden mit einem Zeichenblock und bunten Stiften. Dann legt man die Hände über Kreuz, wie ein Schmetterling auf die Brust. Wie die Flügel eines Schmetterlings werden nun die Schultern auf Brusthöhe leicht angetippt. Dieses „Tappen“ kann etwa eine Minute anhalten und wird mehrfach wiederholt. Bei hochkommenden Gefühlen bitte weitermachen. Danach macht es Sinn, die Gefühle, Bilder, Eindrücke aufzumalen. Das Bild kann man danach sehr gut interpretieren oder gar für ein gesteuertes EMDR nutzen.

„EMDR, wörtlich auf deutsch: ‚Augenbewegungs-Desensibilisierung und Wiederaufarbeitung‘) ist eine von Francine Shapiro in den USA entwickelte psychotraumatologische Behandlungsmethode für traumatisierte Personen. Zentrales Element dieser Methode ist die auf eine strukturierte Vorbereitung folgende bilaterale Stimulation: Hier soll der Patient eine besonders belastende Phase seines traumatischen Erlebnisses gedanklich einfrieren, während der Therapeut ihn mit langsamen Fingerbewegungen zeitgleich zu rhythmischen Augenbewegungen anhält, was bei vielen Betroffenen die Angst reduziert, die ihre Erinnerungen hervorrufen.“ Definition aus Wikipedia

Schmetterlings-EMDR eignet sich auch für Kinder und Jugendliche, da es so sanft ist und sofort eine beruhigende Wirkung hat.

Als Literatur empfiehlt sich das Buch von Thomas Hensel. „EMDR mit Kindern und Jugendlichen“



¹ www.wing-wave.com

Anleitung zur Triggerübung

Drei Kissen auf den Boden legen.

Eines für die Begleitperson

Eines für das Jetzt- Ich

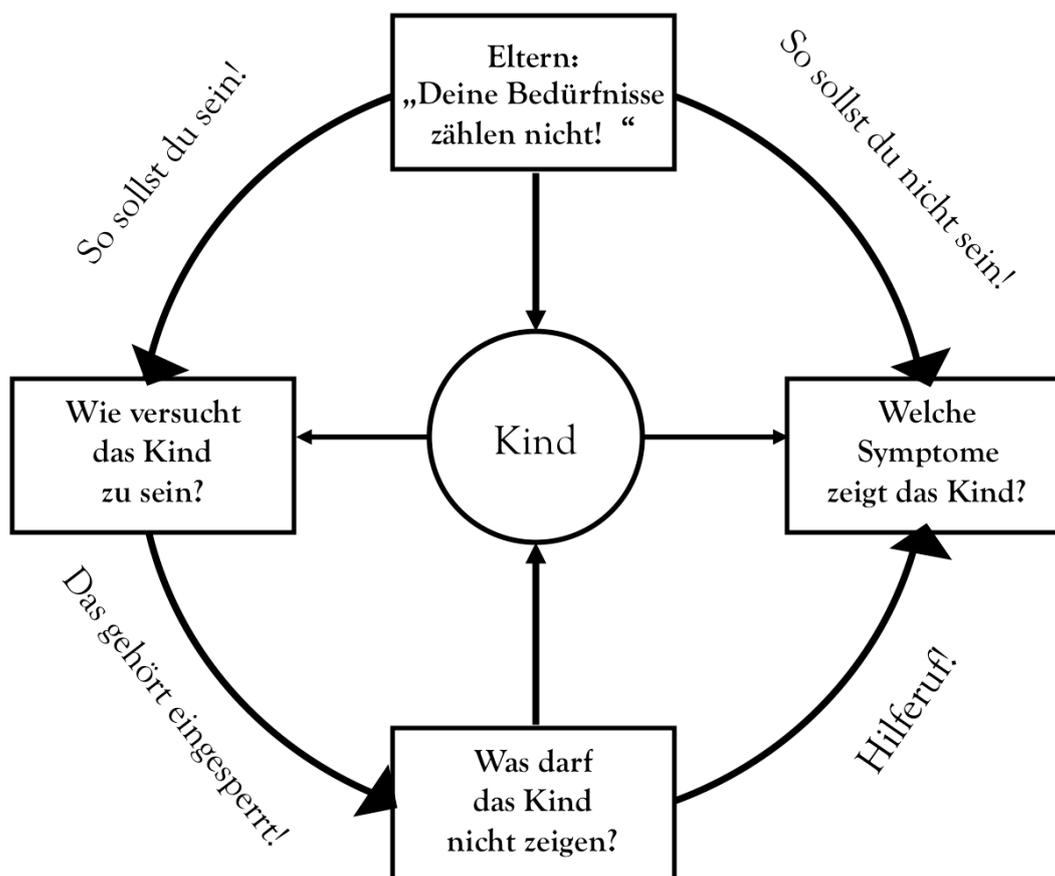
Eines für das Frühere-Ich



1. Die Situation rein sachlich erzählen! Keine Beurteilungen!
2. Die eigenen Gefühle wahrnehmen, eventuell nur die Körperebene!
3. Auf das Kissen mit dem Früheren-Ich mit all den Gefühlen wechseln. Augen schließen und eine Szene von Früher auftauchen lassen, wo es sich genauso angefühlt hat
4. Die Szene von Früher ausführlich eher sachlich beschreiben!
5. Die Gefühle wahrnehmen, die damals wahrnehmbar waren und diese Gefühle beschreiben!
6. Was wäre damals hilfreich gewesen? Einen Weg in der Fantasie finden, um sich selbst das zu geben, was tröstlich gewesen wäre.
7. Ist es jetzt möglich Hilfe und Unterstützung von der Begleitperson annehmen zu können!
Heute ist alles ganz anders. Jeder Tag ist eine Chance, dass es anders werden kann! Heute gibt es hilfreiche Menschen, die dazu beitragen, dass es besser wird. Am Hilfreichsten kann eine Unterstützung ohne Worte sein.
8. Das Neue zu genießen ist wichtig und auch zu erkennen, dass es heute anders ist.

6. Trauma-Schema

Das Traumaschema kombiniert die Traumakompensationsspaltung (nach Riedesser und Fischer) und das Täter-Opfer-Schema (nach M. Huber). Es ermöglicht, die Person in den Mittelpunkt zu stellen, um die Hintergründe für Verhaltensweisen zu erkennen. Das ist hilfreich für den Beziehungsaufbau zwischen Helfer und dem jeweiligen Familienmitglied (bspw. die Mutter). Die mögliche Beziehungsstörung traumatisiert das Kind.



Wenn ein Kind auf seine Not aufmerksam macht und von seiner Umwelt zu hören bekommt, es läge an ihm oder es bildet sich allein nur ein, dann muss es einen Ausweg finden. Es wird gut in der Schule, brav gegenüber den Eltern oder ein Ja-Sager werden. Die Qual infolge der Leugnung des wahrhaften Wesens wird dann im Geheimen oder in „abnormer“ Weise gelebt. Die vier Grundaspekte „Urteil, Pseudo, eingesperrtes Kind und Schatten“ geben die erste Ordnung vor.

Traumakompensationsspaltung

Pseudopersönlichkeit: Wie versucht die Person gegenüber den Helfern zu sein, um Anerkennung und Bestätigung zu bekommen.

Kompensationsanteil = Schatten. Welches Störungsbild/ Symptome zeigt die Person, welches sie selbst komisch/bizarrr findet oder worunter die Person selbst leidet. Die Person versucht es zu verbergen, es gelingt ihr aber nicht.

Logik: Kinder im Umgang mit Eltern. Die Eltern vermitteln dem Kind: „So sollst du sein, damit wir dich mögen.“ Das Kind entwickelt dann diesen Persönlichkeitsanteil, um Anerkennung zu bekommen. Allerdings muss das Kind, um so zu sein, einen anderen Teil seiner Persönlichkeit verstecken. Dieser Teil wird als eingesperrter Anteil (eingesperrtes Kind) unterdrückt/ versteckt und ist im Erwachsenenalter nicht mehr zugänglich. Aber Lebendigkeit kann nicht unterdrückt werden, die Gefühle des Kindes können nicht unterdrückt werden, auch wenn es diese nicht zeigen darf. Die Symptome und Gefühle brechen heraus. Diese Symptome bilden den Schatten und weder das Kind noch seine Angehörigen mögen diesen Anteil.

Das Traumaschema soll den Helfern helfen mit der Person bspw. der Mutter eine Beziehung aufzubauen.

Das innere Urteil

Dies ist das kritische, einengende Eltern-Ich, das als beurteilende, innere Stimme wahrgenommen wird. Entweder richtet sich die Kritik gegen andere, oft gegen den Partner/die Partnerin. Oder auch gegen sich selbst. Vorwürfe, Bewertungen oder kritische Stellungnahmen stammen immer von den eigenen Eltern. Da Sie als Kind nicht die Weitsicht hatten, um die Subjektivität der Eltern zu durchschauen, werden die einschränkenden Anweisungen, Bewertungen und Moralvorstellungen besonders empfänglich aufgenommen. Was ist gut/böse, richtig/falsch, wichtig/unwichtig? Das tut man nicht. Was sollen denn die Leute denken? Wenn das jeder machen würde? Schäm dich! Stell dich nicht so an! Reiß dich zusammen. Diese Anweisungen leben nun im Inneren weiter als urteilende Instanz.

- kritisch-einengendes Eltern-Ich
- beurteilende innere Stimme
- einschränkende Anweisungen
- Bewertung, Moral
- Das tut man nicht! Schäm Dich! Stell Dich nicht so an!

Die Pseudopersönlichkeit

Dies ist der Anteil, der durch einengende Glaubensmuster und Überzeugungen entstanden ist. In der Pseudopersönlichkeit bleibt der Wunsch nach Anerkennung und Wertschätzung durch die Eltern oder andere Autoritätspersonen lebendig. Die Orientierung an dem Wert „so sollst du sein oder werde, was von dir erwartet wird“ ist hier zentral.

Wir zeigen Verhaltensweisen aus Liebe und Loyalität zu den Eltern und verzichten auf unsere wahren Wünsche und Bedürfnisse. Zum Schutz oder zur Außendarstellung trägt das Ich eine Maske oder eine Uniform (Anzug oder Kittelschürze?). Hinter den gesellschaftlich anerkannten Rollen fühlen sich Menschen oft entfremdet und ausgehöhlt und brechen irgendwann aus.

- Wunsch nach Anerkennung
- So sollst Du sein!
- Verzicht auf die wahren Wünsche
- Maske tragen
- Außendarstellung
- Entfremdung
- Ausgehöhltsein

Das eingesperrte Kind

Um überhaupt eine gesellschaftlich anerkannte Funktion zu übernehmen - aufopferungsvolle Mutter, taffe Geschäftsfrau, durchsetzungsfähiger Erfolgsmensch oder hilfsbereiter Retter zu sein - müssen ganz bestimmte Gefühle verbannt werden. Dies haben wir in der Kindheit gründlich gelernt. Wenn die Eltern bestimmte Emotionen wie Angst, Trauer oder Wut nicht aushalten konnten, dann muss ein Kind unliebsame Regungen verbergen, um die Liebe der Eltern nicht zu verlieren.

Alle kindlichen Impulse, die furchtsam zurückgehalten werden mussten, lassen ein Empfinden von „ich bin nichts wert“, „ich bin nicht wichtig“ entstehen und werden in den Keller gesperrt. Der spontane Ausdruck wird zurückgehalten. Scham und Schuldgefühle überschwemmen das Kind, welches sich ohnmächtig und handlungsunfähig fühlt. Zurück bleibt der „falsche“ Eindruck, ein dummes, unfähiges, ungeliebtes Menschenwesen zu sein.

- Einsamkeit, Angst, Isolation
- Kleinsein, unverstanden
- Schmerzen, Trauer
- Unwert, unbedeutend
- Scham- und Schuldgefühle
- ohnmächtig
- Handlungsunfähig
- dumm, unfähig, ungeliebt

Der Schatten

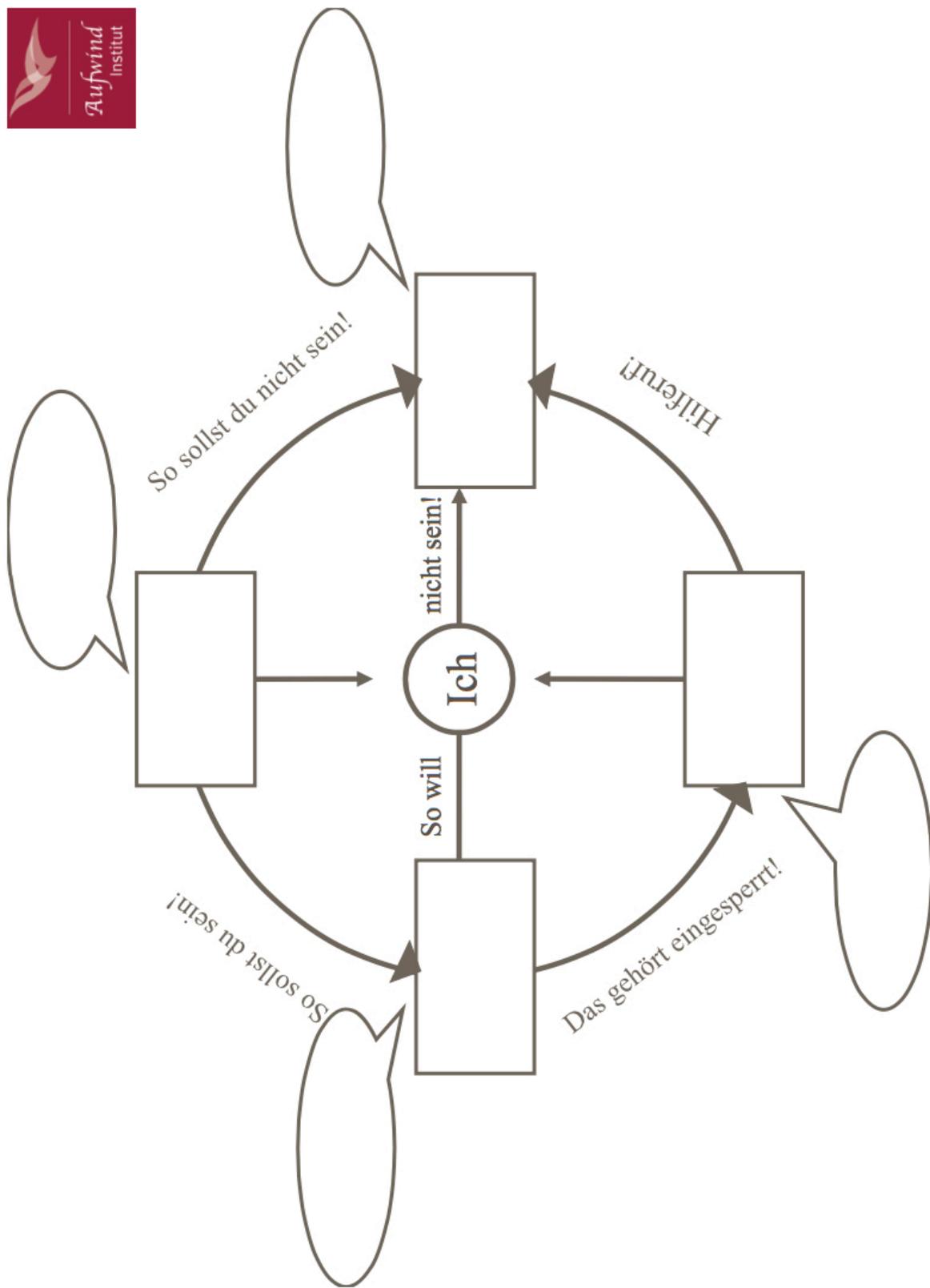
Da lebendige Impulse ebenso wenig wie Wasser zum Verschwinden gebracht werden können, fristen die wirklichen Sehnsüchte ein Schattendasein im Verborgenen. Die wahren Bedürfnisse finden einen heimlichen Weg der Befriedigung oder sie kommen zum Ausdruck in aufsässiger Rebellion. Das „so sollst du nicht sein“ führt entweder zur Schädigung der eigenen Person durch Süchte, Abhängigkeiten oder selbstzerstörerischen Auswegen (Krankheit oder seelische Störung). Diesen Anteil lieben wir an uns nicht. Wir verabscheuen uns dafür, wollen die lästigen

Symptome loswerden, doch es bricht immer wieder aus uns heraus. Dieser Anteil ist ganz besonders schwierig zu finden. Deswegen empfehle ich gerne das Buch von Rüdiger Dahlke „das Schattenprinzip“. Oder die Trance, die Dahlke hierzu herausgegeben hat. Wenn Sie hierfür ein Wesen, ein Adjektiv und eine Aussage finden, dann wird Sie das womöglich in einen Zwiespalt stürzen. Denn dieser Anteil setzt Ihre/n Partner/in am meisten unter Druck. Es ist der grimmig knurrende böse Wolf oder die giftig fauchende dumme Gans. Es gibt ja auch Ganter und Wölfinnen.

- Wahre Impulse werden unterdrückt
- Sehnsüchte abgelehnt
- verzerrte Form des wahren Selbst
- So sollst Du nicht sein!
- heimlicher Weg der Befriedigung

Übersicht über die Grundaspekte - Zuordnung zu den Grundkonflikten

Grundkonflikt	Inneres Urteil	Pseudopersonlichkeit	Eingesperartes Kind	Schatten des Selbst
Ablehnung/ Annahme Angst	wertvoll/ wertlos Das Kind sieht sich eher als wertlos und unliebenswert an, als die ablehnenden Eltern für den Schmerz des Unwerts zu erkennen.	Isolation Das Misstrauen gegenüber Menschen und der Rückzug von ihnen steht im Vordergrund. Dieser Mensch glaubt, niemanden zu brauchen und lebt ein Leben im Mangel.	Abwehr der Angst Das Gefühl der Angst als Folge der Ablehnung darf nicht erfahren werden. Im Inneren lebt ein Kind, dessen Not ignoriert wird.	Ablehnung von Leichtigkeit Überleben als Kampf ist wichtiger als Bejahung und Genuss. Freude, Leichtigkeit und kindliches Spiel führen aus dem Gefängnis der Ausgrenzung hinaus. Wichtig ist vor allem echte Zuwendung.
Bindung/ Trennung Trauer	wichtig/ unwichtig Das Kind lernt, dass die Befindlichkeiten der Eltern wichtiger genommen werden, als seine eigenen Bedürfnisse.	Resignation Die eigenen Wünsche zählen nicht und werden zurückgestellt. Liebe wird durch Verzicht erlangt. Resigniert lässt dieser Mensch von allem ab, was Ausdauer, Planung und Durchhalten erfordern würde.	Abwehr der Trauer Die Trauer über den Verlust der Bindung durfte nicht ausgedrückt werden. Das Kind im Inneren fühlt sich verlassen und traurig und entwickelt Depressionen.	Ablehnung von Verbindlichkeit Der Abbruch von Bindung hinterlässt den Eindruck, eigenes Handeln erziele keine Wirkung. Aber gerade das Durchhalten, Planen, Organisieren und Ziele stecken führen zum Erlebnis des Erfolges. Der Ausdruck der Trauer ist besonders heilsam.
Abwertung/ Wertschätzung Ärger	stark/ schwach Das Kind muss Stärke demonstrieren, damit die Eltern es nicht wegen seiner Verletzlichkeit verspotten.	Dominanz Klein und anlehnungsbedürftig zu sein, gilt als verpönt. Dieser Mensch macht sich groß und unangreifbar und dominiert andere, um seine Unfähigkeiten nicht zugeben zu müssen.	Abwehr der Wut Die geforderte Stärke und Verachtung der Schwäche führt zu Wut. Diese Wut durfte nicht leben, da die Liebe sonst gefährdet war. Drinnen leben die Aggressionen ein Eigenleben.	Ablehnung von Schwäche Große, Stärke, ja sogar Jähzorn werden eingesetzt, um von den Gefühlen der Minderwertigkeit abzulenken. Aber gerade die Demut und das Kleinsind dürfen helfen diesem Menschen zur Ganzheit. Das Zulassen der Wut in der Liebe einer Beziehung heilt die Wunden.
Anpassung/ Autonomie Schuld	gut/ schlecht Die Liebe der Eltern muss verdient werden. Am ehesten wird die Quelle der Liebe als gut erhalten, in dem das Kind als das Schlechte angesehen wird.	Manipulation Dieser Mensch wagt nicht mehr seinen Willen einzusetzen, sich abzugrenzen und durchzusetzen. Er entzieht sich der Beeinflussung durch passiven Widerstand und gibt sich folgsam und loyal.	Abwehr der Schuldgefühle Abgrenzung und Selbstbehauptung wurden bestraft. Offen empfundene Schuldgefühle hätten die Eltern als Täter benannt. So werden die Schuldgefühle ins Innere verbannt und als diffuse Schuld erlebt.	Ablehnung von Abgrenzung Duckmäusertum und falsche Anpassung negieren das gesunde Streben nach Autonomie. Gerade die an sich selbst gefürchteten Aggressionen geben diesem Menschen wieder Kontur und Standfestigkeit. Die Schuld darf den Schuldigern zugewiesen werden.
Leistung/ Hingabe Scham	richtig/ falsch Da bei den Eltern nur rationale Beweggründe zählen, mussten Gefühle verborgen und der Zugang zum Herzen abgeschnitten werden.	Perfektion Der wegen seiner sexuellen Bestrebungen beschämte Mensch, wappnet sich gegen spontanes Verlangen und benimmt sich stattdessen tadellos. Pflicht und Leistung sind wichtiger als herzliche Begegnung.	Abwehr der Scham Das Gefühl der Scham weist zu deutlich auf die sexuelle Komponente eines Kontaktes. Deswegen wird dieses Empfinden verborgen. Anstand und Sitte sollen davon ablenken.	Ablehnung von Verwirrung Leidenschaft und Spontanität galten als anstößig. Aber ohne herzliche Hingabe und sexuelle Ausschließlichkeit ist echte Liebe nicht möglich. Die Scham darf empfunden werden, das Herz darf überfließen und die Dinge dürfen sich ohne Leistung von selbst entwickeln.



7. Stellvertreter-Konflikte

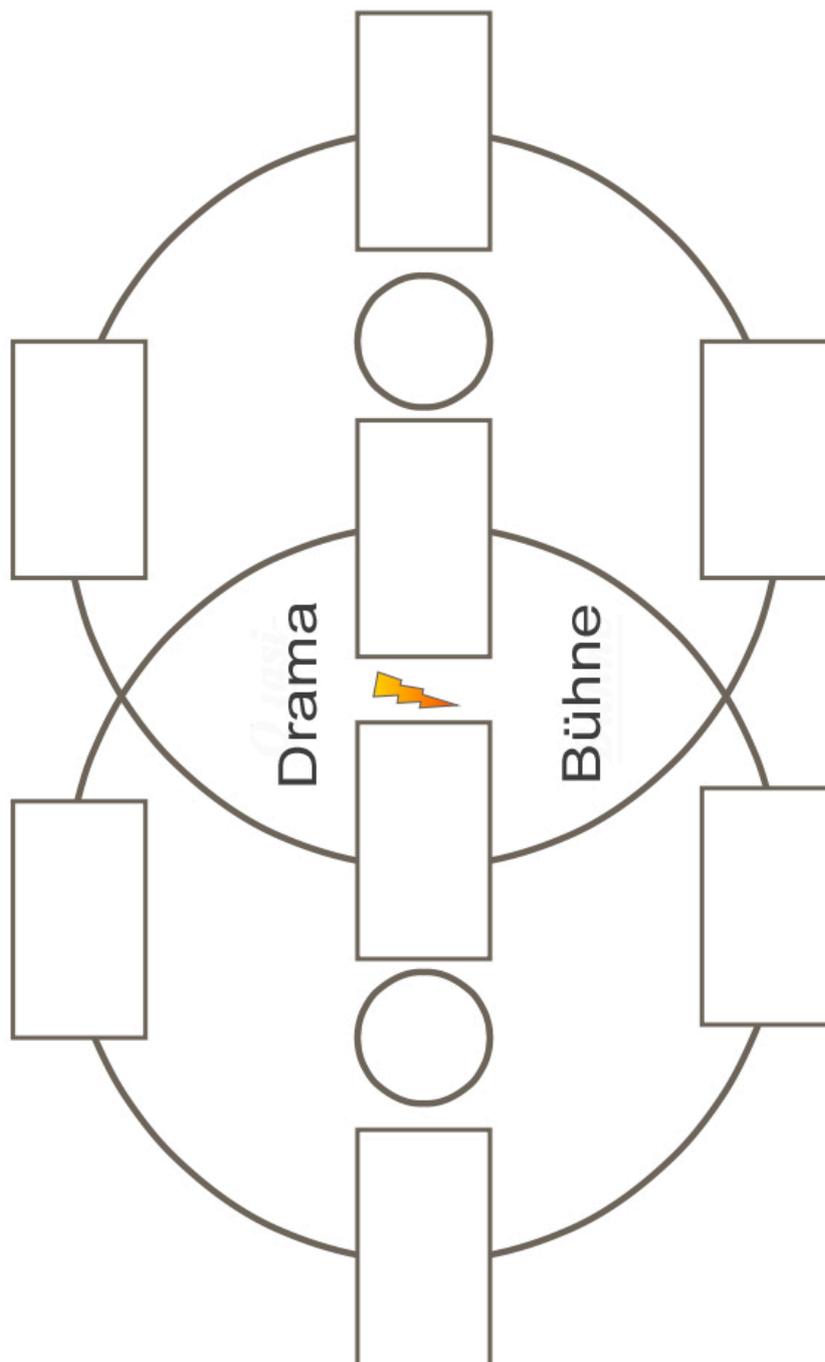
Häufig werden Strukturen aus dem Traumasystem (Familie) auf das Helfersystem (SPFH) übertragen. Um zu erklären, wie sich traumaspezifische Beziehungsmuster auf das Helfersystem übertragen, sollten folgende Fragen beantwortet sein:

- Wo finde ich mich selbst im Opfer-Status und wo finde ich mich selbst im Täter-Status wieder?
- Wie kann ich mich aus diesen Zuschreibungen befreien?
- Wo wiederhole ich eigene Beziehungsmuster, die sich auf die Fallbegleitung störend auswirken könnten?
- Woran erkenne ich, wenn ich mich in emotionalen Beziehungsmustern befinde?
- Wie kann ich diese Nebenwirkung der Arbeit mit traumatisierten Familien zu meiner eigenen Psychohygiene in den Griff bekommen?

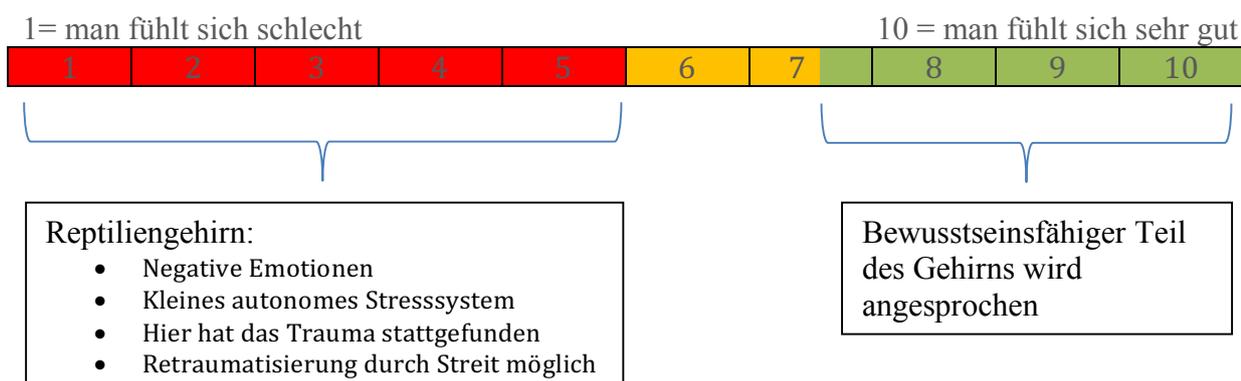
Die Stellvertreter-Bühne spiegelt das Trauma in der Familie auf der Ebene des Helfersystems wieder. Hinter dem was Menschen nach außen zeigen stehen Täter- und Opferanteile. Die Pseudopersonlichkeit ist nicht so leicht zu durchschauen. Der Helfer bzw. die SPFH wird vom Klienten eingeladen, in das Drama der Familie einzusteigen und daran mitzuwirken. Vielleicht neigt man dazu die Rolle, die der Klient uns gibt bzw. zuweist zuerst zu übernehmen. Wenn der Helfer dann allerdings darauf hereinfällt, kann der Klient seine Geschichte nicht erzählen.

Im Konflikt mit anderen wird man entweder zum Opfer (=Kind) oder zum Täter (=Urteil). Auf dieser Bühne wird dann inszeniert, was beide Personen nicht verarbeitet haben. So trifft z.B. das Urteil des Klienten auf das Kind der SPFH oder der eigene (SPFH) Schatten wirkt auf das innere Kind des Klienten. Wenn sich der Klient bspw. im Angstkonflikt befindet, darf der Helfer nicht rebellisch oder dominant sein, denn dann kann die Klientin/der Klient in ihre/seine Kindheit zurück versetzt werden. Andererseits wird der Helfer getriggert, wenn der Klient ähnliche Sätze verwendet wie die eigene Mutter oder der eigene Vater. Der schwierigste Fall bringt einen am nächsten an bzw. in seine eigene Geschichte.

Nun ist es wichtig, sich seiner eignen inneren Anteile bewusst zu sein. Denn nur so kann man dem Klienten helfen. Wenn man nun die beiden inneren Anteile, die des Helfers und die des Opfers zueinander legt und dies so, dass die beiden Schatten einander zugewandt sind, wird deutlich, wie das ursprüngliche Trauma auch in die Helferbeziehung eingreift. Die Schatten verstärken sich auf beiden Seiten, wenn der Helfer sich seiner eigenen Anteile nicht bewusst ist. Professionelles Handeln kann in dieser Weise erfolgen: Sobald die eigenen inneren Anteile bekannt sind, wird deutlich, wo ein Klient unseren inneren Konflikt wieder belebt. Um handlungsfähig zu bleiben, ist es notwendig, sich nicht zum Schaden des Opfers von diesem manipulieren zu lassen. Speziell wird auch das eigene innere Urteil zu Reaktionen provoziert.



8. Krisen-Skala



Emotionen steuern Beziehungsimpulse

Emotionen haben immer einen guten Grund, sind immer wichtig und niemals falsch. Es gibt keine disfunktionalen, negativen oder problematischen Emotionen. Eine Emotion ist im Kontext der Impulsentstehung positiv, funktional und sinnvoll. Nur weil sich die Emotionen wie Angst, Trauer, Ärger, Schuld oder Scham unangenehm anfühlen, sind es dennoch wichtige Informationen über die eigene Befindlichkeit und die Qualität einer Beziehung. Der funktionale Bereich hängt von Kontext ab, in dem wir uns befinden. Emotion kommt aus dem Lateinischen „emovere“ und bedeutet „bewegen“ oder „wecken“. Die Emotionen initiieren eine Bewegung, motivieren uns zu einer Handlung und lösen sich in ein Empfinden der Erleichterung auf, wenn das Unangenehme abgewendet ist. Beispielsweise will eine Emotion im Kontext von Beziehung auf die Bezugsperson

Einfluss nehmen und etwas bewirken. Wenn das Kind zu viel Einfluss auf die Mutter nimmt oder die Mutter zu viel auf das Kind, dann entsteht ein Ungleichgewicht zuungunsten der Entwicklung des Kindes.



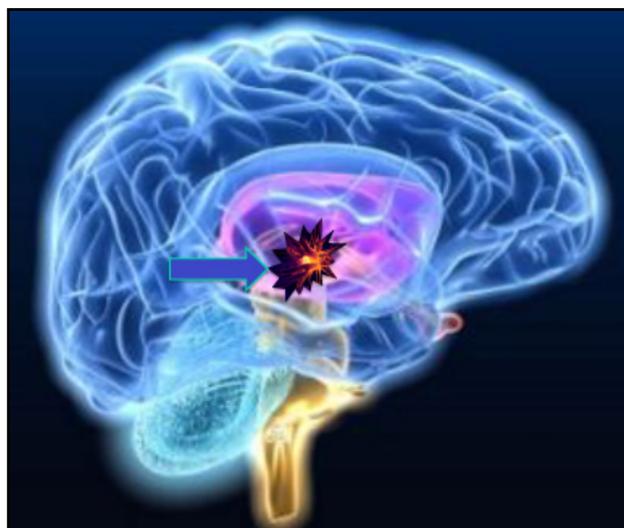
Die Emotion wird stärker, um eine Reaktion bei den Eltern zu bewirken. Gelingt dies nicht, verwandelt sich die Emotion. Aus Angst wird Panik und letztendlich Grauen. Aus Trauer wird Verzweiflung und später Resignation. Aus Ärger wird Wut und schließlich Protest. Dies hängt ganz wesentlich von der Stärke oder Schwäche der Eltern ab. Durchbricht die verstärkte Emotion die

Abwehr der Mutter oder des Vaters, dann erlebt sich das Kind als übermächtig und findet bei den Eltern keinen Halt. Es wird abhängig und anklammernd oder fürsorglich und Retter in der Not. Das Kind erlebt sich als groß und die Eltern als klein.



Erreicht das Kind mit seiner noch so intensiv vorgetragenen Emotion seine Eltern nicht und prallt sein Wunsch nach Reaktion an einer undurchdringlichen Mauer ab, dann wird das Kind auf sich zurückgeworfen. Auf seiner Seite der Mauer gibt es nur noch Einsamkeit. Dieses Kind wird nichts mehr wollen, unabhängig werden und sich dennoch klein und ohnmächtig fühlen. Sobald die Emotion beachtet wird, kehrt Ruhe ein. Wird die Emotion ignoriert, wird sie stärker und stärker. Die Emotion will in Beziehung treten und Zuwendung erreichen. Entweder wird die Wand durchstoßen und das bedürftige Kind fällt in die Leere oder es bleibt eingemauert und allein zurück.

Kinder wollen mit dem Ausdruck Ihrer Emotionen die Erwidern Ihrer Liebe erreichen. Dies ist die natürlichste Bewegung. Wenn die Absicht nicht beantwortet wurde, bleibt das Kind mit seinem Wunsch nach Verbindung allein. Irgendwann findet es dann einen Weg, die schwierigen Emotionen des Abgeschnittenseins zu bewältigen. Da ein Kind, umso kleiner es ist, über wenig verstandesmäßige Fähigkeiten verfügt, speichert das Gehirn dieses Reaktionsmuster im emotionalen Zwischenhirn. Hier entwickelt sich allmählich ein Beziehungsstil, der automatisiert abläuft und sich in jeder weiteren Beziehungsinteraktion vertieft. Im Limbischen System verdichtet sich daraus ein neuronal-emotionales Reaktionsverhalten (Trauma-Knubbel): Diese Verknüpfungen führen dann zu schlimmen Krisen.



Die Krisen-Skala bildet die Stimmigkeit, Balance oder das Ungleichgewicht der Emotion ab

Wir wissen, dass sich das Emotionssystem erst beeinflussen lässt, **nachdem** der erste Impuls bereits stattgefunden hat. Von daher ist es nicht sinnvoll, wenn nicht gar höchst unklug, die Wirkung der Emotionen auf unsere Handlungen und Entscheidungen zu ignorieren. Der Impuls der Emotionen kann in den Wert „stimmig oder unstimmig“ überführt werden und abbilden, was im limbischen System bereits geschehen ist. Wenn der Augenblick abgepasst wird, bevor die Emotionen die Kontrolle übernehmen kann, dann wird es möglich, den Einfluss abzumildern. Wenn dies gelingt, ist bewusstes Handeln möglich. Bewusstes Handeln fühlt sich zuerst negativ an, bis das Neue, zu dem es uns bringt, zu Ergebnissen beiträgt und Früchte trägt, die sich erst später gut anfühlen.

Wenn wir die unten stehende Skala nutzen, dann bedeutet der Wert 10, dass sich die aktuelle emotionale Stimmigkeit wundervoll anfühlt. Sogar Trauer kann eine entspannende oder Ärger eine kraftvolle Erfahrung sein. Umso weiter es nach unten geht, um so eher sollten Sie achtsam sein. Für Absprachen bedeutet die 5 ein klares Nein. Ab 3 wird es echt riskant und 1 ist schlichtweg grausam.

10	10 = Liebe
9	9 = Frieden
8	8 = Ruhe
7	7 = Neutralität
6	6 = Zweifel
5	5 = Unstimmigkeit
4	4 = schlechtes Gefühl
3	3 = Negativität
2	2 = Ablehnung
1	1 = Keller

Der Wert wird umso treffsicherer, je schneller Sie mit dem Finger auf eine Zahl stürzen. Sie wissen: Der emotionale Impuls braucht 300 Millisekunden. Warten Sie zu lange, hat der Neocortex mitgemischt

Die Motivation der Emotionen

Die **Angst** braucht Achtsamkeit und Halt. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich die Angst in Panik oder Beziehungsabbruch. In Beziehungen führt besonders die Angst zu Dramen und Eskalation.

Die **Trauer** braucht Verbindung und Nähe. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich die Trauer in Verzweiflung oder Resignation. In Beziehungen führt die Trauer zu Anhänglichkeit oder einem Kümmersyndrom.

Der **Ärger** braucht Einfluss. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich der Ärger in Wut oder Demütigung. In Beziehungen führt der Ärger oft zu einer Macht-/Ohnmachtkonstellation und Kontrollspielchen.

Die **Schuld** braucht den Ausgleich zwischen Geben und Nehmen. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich die Schuld in schlechtes Gewissen oder es werden Vorwürfe gemacht. In Beziehungen führt das Ungleichgewicht von Geben und Nehmen zu Aufrechnung, Rechthaberei oder dem Zurückhalten von Zuwendung.

Die **Scham** braucht Würdigung zur Wahrung der eigenen Integrität. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich die Scham in Perfektionsdrang oder Konformität. In Beziehungen führt ein Ungleichgewicht zu vermehrter Hinwendung zu anderen Quellen der Anerkennung (Beruf, Untreue, Status).

Die **Verachtung** braucht Mitgefühl und Empathie. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich die Verachtung in Hass oder Kälte. In Beziehungen führt ein Ungleichgewicht zu Tyrannei oder Verhöhnung.

Die **Freude** braucht das „Einfach-sein-dürfen“. Bei einem Ungleichgewicht verwandelt sich die Freude in Hysterie oder in lebenswürdige Gleichgültigkeit. In Beziehungen führt ein Ungleichgewicht zu überzogen guter Laune oder zum Harmoniebestreben.

9. Hilfeplanung und Kooperation

Es geht nicht darum WIE man als SPFH hilft, sondern darum, wie man speziell reagiert, wenn ein TRAUMA stattgefunden haben könnte. Hat eine (oder haben mehrere) Familienmitglieder eine Traumafolgestörung entwickelt, dann sind diese nicht handlungsfähig, sie befinden sich in Not, sie sind Opfer ihres Traumas. Durch ein Trauma besteht ein besonderer Hilfebedarf.

Herangehensweise aus „Traumasicht“:

1. Wer ist in Not? Wer braucht Schutz? (= zentrale Frage)
2. Vor wem müssen wir dich schützen?
3. Mit wem dürfen wir reden?
4. Welche Hilfe brauchst du? Wie können wir dir gut helfen?
5. Wen müssen wir noch schützen?

Befragung mit dem Kind im Kind.

Die Aufdeckung der Verstrickungen erfolgt mit dem Kind gemeinsam, sobald es sich an einem geschützten Ort befindet. Zuvor wird das Kind keine Aufdeckung zulassen und sein Geheimnis nicht verraten.

Um zu schützen, brauchen wir erst einmal nicht zu wissen, was passiert ist, sondern, vor wem das Kind oder eine andere Person geschützt werden möchte. Das Opfer weiß, welche Hilfe es annehmen kann, das Geschehen muss deswegen nicht im Mittelpunkt stehen. Um eine Schutzmaßnahme abzustimmen, müssen wir nicht wissen, was passiert ist.

Was bedeutet Kindzentriertheit?

- Alle Hilfen und Entscheidungen werden mit dem Kind besprochen und entwickelt.
- Das Kind zeigt, was es sich wünscht, was es braucht, wovor es Angst hat.
- Die Sichtweise des Kindes wird in die Entscheidungsprozesse einbezogen.
- Das Kind soll die Hilfe als Hilfe erleben und nicht als Bedrohung oder Strafe.
- Die Schutzplanung ist das zentrale Instrument.

Der kindzentrierte Ansatz im Rahmen des §8a SGB VIII und 1666 BGB (siehe auch § 65 Abs.4 SGB VIII, Datenschutz) bedeutet, dass der gesamte Prozess zur Abwendung der Kindeswohlgefährdung = Schutzplanung zusammen mit dem Kind/Jugendlichen erarbeitet wird, wobei dies an seinem Tempo und seinen Bedürfnissen orientiert ist. Dies betrifft auch die Frage, ob und wann die Personensorgeberechtigten einbezogen werden, bzw. welche Schutzplanung vom Kind angenommen werden kann.

Wie geht eine kindzentrierte Fachkraft vor?

- Sie hilft dem Kind, einen Ausdruck für das Erlebte zu finden
- Sie arbeitet als Interessensvertretung des Kindes
- Sie entscheidet sich bei Loyalitätskonflikten gegenüber den Eltern für das Kind
- Sie schützt das Kind in den Phasen der Schutzplanung
- Sie bespricht die Handlungsschritte mit dem Kind
- Sie sorgt dafür, dass die Bedürfnisse des Kindes in die Planung einfließen
- Vorstellen: „Ich helfe Kindern! (Rahmen des Gesprächs erläutern.)
- Warum wir hier zusammen kommen! Erklärung für das Kind: „Du hast erzählt oder eine Person hat beobachtet, dass du ... (Worte und Sichtweisen des Kindes wählen!)
- Vertraulichkeit (Wem sage ich was? Wem darf ich was sagen, was/wem nicht? Was passiert mit dem, was du sagst!)
- Das Kind kennenlernen: Beziehungsaufbau (Ressourcen, Hobbies)
- Das Kind bestimmt Tempo, Dauer und Verlauf
- Spiel ist eines der wichtigsten Ausdrucksmedien des Kindes (Posttraumatisches Spiel)
- Aufdeckung geschieht oft spontan, wie nebenbei
- Direkten (Augen)kontakt dem Kind überlassen
- Vertrauensbasis braucht Zeit
- Erlaubnis geben: Nichts sagen, Nein akzeptieren, alles aussprechen, etc.
- Aufklärung über Schutzauftrag und Team nach §8a
- Welchen Schutz wünscht sich das Kind?
- Verschiedene Schutzmöglichkeiten aufzeigen und klären
- Übungen, Spiel und Metaphern einbeziehen für den Hilfeprozess (Tunnel, Boot, Baustellen)
- Schützende Personen finden
- Dem Kind Druck nehmen
- Ablaufplan des Kindes mit dem Kind entwickeln und immer wieder neu rückkoppeln
- Mögliche Hürden und Schwierigkeiten aufzeigen und besprechen

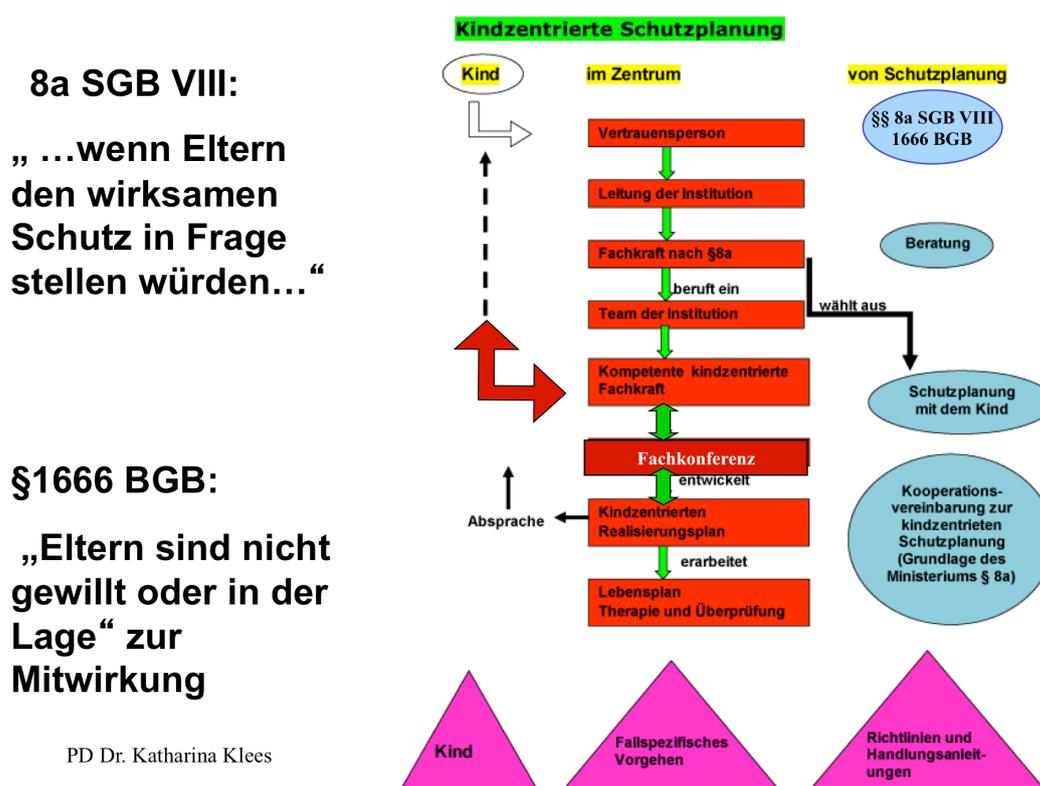
Wann besteht Kindeswohlgefährdung? Nach dem kindzentrierten Ansatz besteht KWG dann, wenn das Kind vor einer bestimmten Person geschützt werden möchte und diesen Schutz (mit dem Helfer) definiert hat. Damit beginnt der Weg in die „Röhre“. Erst wenn das Kind an einem sicheren Ort ist/ geschützt ist, wird es seine Geschichte und seine Geheimnisse erzählen, denn eine Aufdeckung an einem ungeschützten Ort (z.B in der misshandelnden Familie) würde alles verschlimmern. Aus diesem Grund beschönigen Kinder diese schlimmen Dinge sehr lange, weil sie dort leben müssen. Erst wenn sie nicht mehr dort leben müssen, dann können sie diese Erlebnisse als schlimm empfinden.

Die Aufgabe der Fachkraft sollte darin bestehen, das Kind durch die Röhre zu begleiten „Ich bin da!“. Die „Röhre“ stellt die Lücke vom ungeschützten zum geschützten Bereich dar. Allerdings weiß das Kind nicht, was ihm in diesem „Tunnel“ passiert, denn die Länge und Dauer sind ungewiss. Erst nach dem Gang durch die „Röhre“ können lebensbegleitende Maßnahmen/ lebenspraktische Begleitung integriert werden. Werden diese auf dem Weg durch die „Röhre“ angewandt, erlebt das Kind einen unüberschaubaren Widerspruch, denn es müsste so tun, als wäre alles besser, als wäre zu Hause nichts Schlimmes. Innerer Konflikt zwischen dem

„schlimmen Leben Zuhause“ und dem „neuen besseren Leben“. Die Helfer dürfen nicht so tun, als wäre das Kind, dass sich noch in der „Röhre“ befindet schon draußen. Ihre Aufgabe während der Zeit in der „Röhre“ ist zu schauen, ob die Hilfe, die das Kind wünscht umsetzbar ist bzw. wie man diese umsetzen kann

Der Ablauf der kindzentrierten Schutzplanung

Entscheidend beim kindzentrierten Vorgehen ist, dass die „Elefanten“ - damit sind die Kooperationsvereinbarungen gemeint-, das Helfersystem schützen und unterstützen. Das Helfersystem muss sich einig sein und wissen, wie man mit „Traumahintergründen“ arbeitet



Wie sieht die Realisierung kindzentrierter Schutzplanung aus?

- Die Erwachsenen müssen die Entscheidungen des Kindes mittragen, diese aushalten und das Kind begleiten
- Sogar (vorübergehende) Rückkehr in die traumatisierende Umgebung akzeptieren und eng begleiten
- Rückkoppelung zwischen Fachkonferenz, kindzentrierter Fachkraft und Kind gewährleisten
- Möglichst absichtlose Begleitung des Kindes
- Wirtschaftliche Absicherung in der Prüfungsphase

Die Harvard- Methode

Diese Methode eignet sich besonders gut, wenn die Interessen völlig verschieden voneinander zu sein scheinen.

Zuerst arbeitet jeder für sich allein und danach wird nur noch und ausschließlich über die gemeinsamen Interessen und die vorgeschlagenen Lösungen gesprochen. Jede Lösung wird mit der Emotions-Skala überprüft. Erreicht eine Lösung bei einer Person den Stimmungswert von 5 wird der Vorschlag ohne Diskussion oder weitere Debatten ersatzlos gestrichen. Lösungen sind erst ab 7 wirklich gute Absprachen. Das bringt Frieden in die Partnerschaft.

Was ist das Thema:

Interesse von A	Interesse von B
Lösungsvorschläge Optimale Lösung Wann steige ich aus! Objektives Kriterium	Lösungsvorschläge Optimale Lösung Wann steige ich aus! Objektives Kriterium

Gemeinsame Interessen rot unterstreichen

Aus dem Protokoll:

Diese Methode dient als Hilfsmittel, um lang andauernde und oftmals weniger positiv oder kaum zielführende Konferenzen zu einem guten Ergebnis zu bringen.

Vorgehensweise:

Im Vorfeld bedarf es einer guten Vorbereitung (etwa 2/3), in der sich die Fachkraft darüber Gedanken macht, welche Interessen/ Ziele welche Institution innerhalb einer solchen Konferenz / oder eines runden Tisches verfolgt.

Interesse von A.... Interesse von B Interesse von C usw. (Arbeitsblatt)

Nachdem die Aufstellung fertig ist, sind die gemeinsamen Interessen zu unterstreichen. „welche übereinstimmenden Interessen können gefunden werden?“ (rot unterstreichen)

→ Beispiel: „Wir wollen alle das Beste für das Kind!“

Drei Lösungen im Vorfeld erarbeiten und im Anschluss eine Bewertung vornehmen: ++; +; 0

Dann eine „Auszeit“ überlegen, wenn man feststellt, dass es gerade total in die falsche Richtung oder überhaupt nicht vorwärts gehen würde (wie kann ich bewirken, dass wir aussteigen ohne jmd. auf den Schlips zu treten?)

Das objektive Kriterium

- Ich bin der Meinung, dass...
(ist eher subjektiv oder gar manipulativ) ersetzen durch „das Beste für das Kind“ (und das wollen wir alle, oder?) wäre,....
- Wozu würde jeder Anwesende zustimmen?!

Das objektive Kriterium wäre z.B. eine neutrale Person, eine Statistik, ein Plan, ein Flipshart-Blatt, ein spezielles Konzept, ein Gesetz...

10. Lebenspraktische Begleitung

Es ist wichtig, dass erst alle vorherigen 9 Schritte durchlaufen werden, bevor die lebenspraktische Begleitung wirksam angegangen werden kann. Solange noch Krisen zu eskalieren drohen, haben Abstimmungen in ruhiger Atmosphäre wenig Sinn. Wenn die Planungsgespräche zum Spielball für Grabenkämpfe genutzt werden, dann kann das nicht funktionieren. Es ist auch nicht heilsam, die emotionalen Reaktionsmuster der Trauma-Bühne auf das Niveau der Beziehungsgespräche zu übertragen. Regelmäßige Planungs- und Abstimmungsgespräche sichern dem Kind und seinen Bezugspersonen den weiteren Verlauf seines Lebens, ist erst einmal die unmittelbare Gefahr gebannt. In diesem 10 Punkt geht es um Gesprächsabläufe, die zu zwei Dritteln aus der Vorbereitung bestehen und nur zu einem Drittel aus Verhandlung und Kommunikationstechniken. Es gilt als ein Gütezeichen professioneller sozialpädagogischer Arbeit Planungen durchzuführen.

Das strukturierte Planungsgespräch

Zuerst einigen Sie sich auf das Thema und bewerten dieses mit der Krisen-Skala.

- Zuerst schreiben Sie auf: Was ist bereits Gutes passiert, welche Erfolge gab es und welche Ressourcen sind vorhanden? 10
- Jeder notiert, was er/sie sich wünscht und dies möglichst sehr konkret. 9
- Jeder notiert, was er/sie sich wünscht und dies möglichst sehr konkret. 8
- Dann werden Lösungen formuliert, die sehr einfach gehalten sein sollten: „Wo landest Du stimmungsmäßig, wenn ich mir von wünsche, ... ?“ 7
- Dann werden Lösungen formuliert, die sehr einfach gehalten sein sollten: „Wo landest Du stimmungsmäßig, wenn ich mir von wünsche, ... ?“ 6

Erst dann beginnt das Gespräch, in dem jeder zuerst die Sätze der Erfolge vorliest und anschließend die Wünsche mit der Krisen-Skala bewertet. Führen Sie 20 Minuten einen Abstimmungs-Dialog (keine Problemgespräche!!!), wie Sie daraus eine schriftliche Ab-sprache treffen könnten. Schreiben Sie die neue Pläne auf und stimmen dieses mit der Krisen-Skala ab. Erst ab dem Wert von 7 können Sie von einer guten Regelung ausgehen. Vorschläge ab 5 sollten neu formuliert oder verworfen werden. 5 heißt schlichtweg „nein“. Ab 2 ist es absolut grausam. 5

4

3

2

1

Übersicht

Traumaprotokoll	Ergebnisse	Was ist zu tun?
Krisen-Skizze		
Trauma-Diagnostik		
Krisen-Ausstieg		
Trauma-Intervention		
Trauma-Trigger		
Trauma-Schema		
Stellvertreter-Konflikte		
Krisen-Skala		
Hilfeplanung und Kooperation		
Lebenspraktische Begleitung		