possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Sichere Orte für Mitarbeitende und BewohnerInnen in der stationären Jugendhilfe

Referentin: Birgit Lang, ‚Possum‘ – Traumapädagogisches Institut für bedarfsorientierte Fortbildung und Beratung

b.lang@possum-institut.de; www.possum-institut.de;

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Warum sicherere Orte?

- Trauma = die größte Unsicherheit, die ein Mensch sowohl im Außen, als auch im Innen erleben kann
- Komplex traumatisierte junge Menschen in der Kinder und Jugendhilfe
- Das Nervensystem, die Psyche, stellen sich auf Unsicherheit ein
- Neuorientierung und Neuausrichtung in sicheren Orten

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Was bedeutet Sicherheit

Sicherheit im Innen:

- Sich verstehen – Psychoedukation – Körper- und Handlungsreaktionen(insbesondere bei Belastung und Stress) – eigene Gedanken - Verhaltensstrategien
- Erleben von Selbstwirksamkeit – Förderung wichtiger Ich-Funktionen (Affektregulation, Wahrnehmung, Empathie, …) – Resilienzförderung – Partizipation – Freude – Expertenschaft für sich selbst
- …

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Was bedeutet Sicherheit

Sicherheit im Außen:

- Schutz vor körperlicher und seelischer Gewalt und Verletzung
- Einschätzbarkeit von Situationen, Menschen, Handlungen, Strukturen und Rahmenbedingungen …
- **Sicherheit in Beziehungen zu Bezugspersonen**
- **Erleben von Emotionaler Sicherheit und Handlungssicherheit bei Bezugspersonen und Menschen mit Verantwortung Entscheidungsmacht**

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Die Herausforderung eine sichere Pädagogin ein sicherer Pädagoge eine sicher Bezugsperson für lebensbelastete Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zu sein

http://www.betrifftkinder.eu/images/stories/BK/BK2016/BK1016/BK1016_c1.jpg

http://herne.paritaetrw.org/progs/kia/kg/23herne/content/e1109/e1124/e1143/foto3.png

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

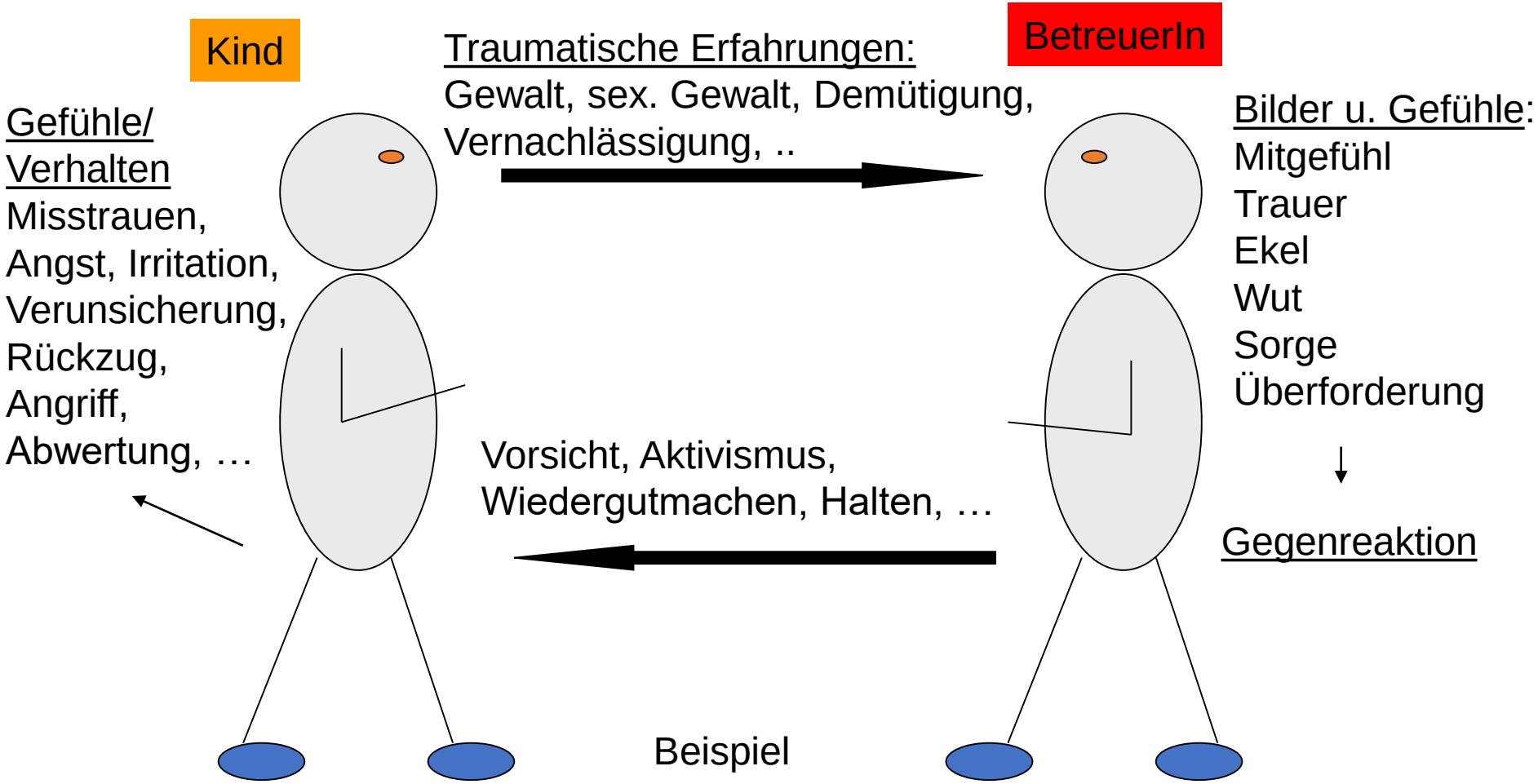
Risikofaktor Übertragung und Gegenübertragung

Belastungen übertragen sich

http://us.123rf.com/400wm/400/400/tatyanagl/tatyanagl1204/tatyanagl120400325/13084796-vater-trostet-ein-trauriges-madchen-probleme-in-der-familie.jpg

Belastungen übertragen sich

Emphatie und Verstrickung



Beispiel

info@possum-institut.de, www.possum-institut.de

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

„Trauma ist ansteckend. Der Therapeut wird in seiner Rolle als Zeuge … von seinen Gefühlen oft geradezu überwältigt. Etwas weniger intensiv als der Patient lebt er dessen Gefühle von Angst, Wut und Verzweiflung ebenfalls durch.“

Judith Hermann – Narben der Gewalt

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Sekundärtrauma

Das Anhören von traumatischen Erlebnissen oder das Mitfühlen mit Opfern traumatischer Erfahrungen kann zu ähnlichen Reaktionen wie beim direkt betroffenen Opfer selbst führen

Mögliche sekundäre Symptome

- Vegetative (körperliche) Übererregung
- Intrusion (Sich-Aufdrängen von Bildern, Gefühlen, Ängsten, Tagträumen, Albträumen etc.)
- Konstriktion (Rückzug von Beziehungen, Aktivitäten, Freuden des Lebens).

Dr. Samuel Pfeifer
Brennen ohne Auszubrennen – IGNIS 2012

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Auswirkungen auf die Arbeit

Hinweise:

- vermehrte Konflikte am Arbeitsplatz und/oder in anderen Beziehungen
- Krankheitsbedingte Abwesenheit,
- mangelnde Einfühlung in Klienten/ nahe Mitmenschen
- ständige Anspannung durch traumatisches Material
- schlechte Bewältigung von Stress
- ….

Mögliche Auswirkungen - Handlungsunwirksamkeit

- Man fühlt sich ohnmächtig und fragt sich, was man überhaupt für die andere Person machen kann.
- Man versucht die Ohnmacht mit falschem Aktivismus zu überwinden (oft indem man die Grenzen der Betroffenen oder die eigenen nicht respektiert)
- Sinnverlust
- Verlust der inneren Zufriedenheit / Gelassenheit
- Durchgehende Hoffnungslosigkeit.
- …

Mögliche Auswirkungen – Schwierigkeiten in der Teamarbeit

- Misstrauen und Vorwürfe an andere BetreuerInnen:
  - „Du verstehst die Bedürfnisse meines Kindes nicht.“
  - „Du schweigst Probleme tot.“
  - „Du tust nichts.“
- Allgemeine Abwertung anderer Betreuungspersonen

- Vermeiden von traumatisierten Kindern
- Verweigerung von Supervision, Zurückhalten von eigenen Reaktionen, weil man sich schämt.

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Burn Out

Definition

Drei wesentliche Elemente:

Emotionale Erschöpfung

Verlust des Einfühlungsvermögens

Verminderte Leistungsfähigkeit

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

„Burnout ist, so gesehen ein Prozess, der vom Engagement zum Überengagement und schließlich zur Überforderung führt“

Sendera/Sendera – >Trauma und Burnout in helfenden Berufen

… Erschöpfung durch Mitgefühl …..

Freudenberger um 1970

possum
ich kann

traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

http://www.gutundwertvoll.de/tl_files/malteser/content/keyvisual/und-jetzt-titel.jpg

possum
ich kann

traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Belastungen übertragen sich

http://www.vffl.at/download/bilder/thema_safteycards_04.jpg

„Im unwahrscheinlichen Falle eines Druckabfalls“

oder

Wenn die Luft ausgeht

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Belastungen übertragen sich

http://www.vffl.at/download/bilder/thema_safteycards_04.jpg

1. Erkennen und zuordnen was passiert
2. Notfallversorgung kennen und umsetzen können
3. Mich absichern
4. Kind versorgen

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Was benötigen PädagogInnen zur Umsetzung der eigenen Versorgung?

1.Erkennen und zuordnen was passiert – Fachwissen Psychotraumatologie und Traumareaktionen, Übertragung, Methoden zur Annahme des „Guten Grundes“, Achtsamkeit, Körperwahrnehmung

2.Notfallversorgung kennen und umsetzen können –beschriebene Notfallabläufe, funktionierendes Notfallsystem, Möglichkeiten der Selbstversorgung, Unterstützungs- und Versorgungssysteme

3.Mich absichern – Methoden der emotionalen Selbstversorgung, Ressourcen und Rahmenbedingungen

4.Kind versorgen – Verstehen, Emotionalen Beistand leisten, Versorgungsmöglichkeiten kennen, Ressourcen und Rahmenbedingungen

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Teamburnout

…“Der Fokus auf die Person vernachlässigt bisher weitgehend den Blick auf das Gesamtsystem und blendete aus, dass Überlastung stets auch Symptomcharakter hat und auf aktuelle Brennpunkte von Arbeitswelt und Gesellschaft hinweist. …“

Jörg Fengler – Ausgebrannte Teams

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Merkmale ausgebrannter Teams

Erschöpfung und Aufgabe

- Chronisches Überforderungsgefühl
- Kraftlosigkeit
- Entschlusslosigkeit
- Leistungseinbußen
- Konsens ohne Folgen
- Kollektive Selbstentwertung

Destruktive Aktivität

- Freude über Misserfolge – Sarkasmus-Stimmung
- Beschuldigungsmuster
- Subgruppen Polarisierung und Teamspaltung
- Feindseligkeit gegen Subsysteme
- Reflexionsverweigerung
- Demontage verfügbarer Ressourcen

Jörg Fengler – Ausgebrannte Teams

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Risikofaktoren

- Zielgruppe: Kommunikationsbarrieren – **ungeliebte Zielgruppe** – Zwang zur Teilnahme - …
- Team: Vorwurfshaltung – **Einzelkämpfer Existenzen** – Mobbing - …
- Vorgesetze: Durchsetzungsschwäche – Konfliktscheu – Unberechenbarkeit – Übermäßige Kontrolle – Grenzüberschreitungen – Überforderung – Unterdrückung - …
- Institution und Gesellschaft: Unsinnige Leistungsvorgaben – **Fehlende Würdigung** der Teamleistung - Distanzierte Leitung und Verwaltung - …

Jörg Fengler – Ausgebrannte Teams

possum
ich kann

traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

„Stabilisierung und (Selbst) Fürsorge für pädagogische Betreuungspersonen von traumatisierten Kindern und Jugendlichen als institutioneller Auftrag“

B.Lang – Traumapädagogik 2009

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

„Sowohl in **konzeptionellen Überlegungen**, der **fachlichen Begleitung** durch die einrichtungsinternen Fachdienste und in den **Leitungsstrukturen**, sind die extrem hohen Belastungen, denen PädagogInnen in der täglichen Betreuung von traumatisierten Kindern und Jugendlichen ausgesetzt sind zu berücksichtigten. Der Förderung und Versorgung der PädagogInnen kommt daher ein besonderer Stellenwert zu.“

B.Lang – Traumapädagogik 2009

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Achtsamkeit und volle Aufmerksamkeit auf Belastungsanzeichen durch KollegInnen, BeraterInnen, Leitungskräfte

Beachtung und Anerkennung dessen was da ist – ohne Bewertung

Risiken der Missachtung der vorhandenen Belastungen:

- Es geht ja allen so
- Hohe Belastung wird als Fachlichkeit und Kompetenz verstanden
- Selbstzweifel -Ich bin nicht gut genug, belastbar genug, fachlich genug

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Anforderungen an Leitung und Beratung von PädagogInnen

- Fachwissen Psychotraumatologie
- Wissen und Erkennen von Übertragungsphänomenen
- Beratungs- und Supervisionskompetenzen
- Versorgungsverständnis in der eigenen Rolle
- Methoden der traumapdagogischen Interaktionsanalyse und – Versorgung der Mitarbeitenden
- Traumapädagogische Haltung
- Traumapädagogische Intervision

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Zunehmender Risikofaktor für Burn Out
Strukturelle hierarchische Gewalt

- Ungleiche Machtverhältnisse und soziale Ungerechtigkeit in einem gesellschaftlichen System
- Ist nicht offenkundig und beobachtbar und kann daher willkürlich ausgeübt werden

Sendera/Sendera – Trauma und Burnout in helfenden Berufen

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Gerechte – Auftrags orientierte Verteilung von Verantwortung und Entscheidungsmöglichkeiten (kann ich alles entscheiden, wofür ich Verantwortung trage?)

  Bsp.: Belegung – wer wird aufgenommen? Wer trägt die Verantwortung für den Hilfeverlauf?

  Wer ist leitend eingesetzt? Gibt es inoffizielle Leitung? Z.B. weil fachlicher, entscheidungsfreudiger, länger da, …?

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Anerkennung:
  - Persönlich: echte Begegnung/Kontakt, Anteilnahme, gesehen werden
  - Fachlich: Interesse, Ressourcenorientierter Einsatz, Evaluation, Entwicklungsmöglichkeiten, Außenvertretung, …
  - Strukturell: Räume, Ausstattung, Auftragsklarheit (machbar), Bezahlung, Verträge, …

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Befragungen
  - Belastungserleben – Stärke – Störungsgrad
  - Anerkennungserleben – Stärke – Entsprechungsgrad zum Engagement
  - Änderungsanliegen – konkret
  - Anonymisierte Befragung durch Fragebögen zu Burn Out und Sekundärtrauma

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Gesundheitsprävention
- Krisen- und Versorgungskonzepte – handhabbar – realitätsnah
- Regelmäßige Fortbildungsangebote
- Regelmäßige Supervision
- …

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Traumapädagogik beschriebene Zertifizierungsanforderungen

3. Institutionelle Voraussetzungen

A. Reflexion der pädagogischen Arbeit

Beratung, Feedback, Teamentwicklung, Supervision, Austausch in der Teamsitzung

Auf welche Weise werden die pädagogischen Prozesse, gelingende und nicht gelingende Prozesse besprochen und reflektiert? Wie und wie oft erhalten Mitarbeitende Rückmeldung zu ihrer pädagogischen Arbeit, Haltung, Stärken, Entwicklungsaufgaben und Fähigkeiten?

Mindeststandards

- Wöchentliche Teamsitzung (Persönliche Reflexion und Feedbackkultur, traumapädagogische Fallbesprechung etc.)
- Beratung und Supervision auf pädagogischer Ebene und Teamebene
- Alltagsbezogener Austausch und Reflexionszeiten

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Vom Fachverband Traumapädagogik beschriebene Zertifizierungsanforderungen

B. Traumapädagogisches Fachwissen

Wie wird das traumapädagogische Fachwissen in der Einrichtung erworben, wach gehalten und in der täglichen Praxis sichergestellt? Wie wird das Fachwissen innerhalb der Einrichtung weiter gegeben? Wie greifen die Leitungspersonen/Fachdienste das Wissen in der Beratung auf und sensibilisieren?

Mindeststandards

- Abschluss einer zertifizierten Weiterbildung Traumapädagogik (5-10 % der Mitarbeitenden)
- regelmäßige traumapädagogische Fortbildungen (alle 2 Jahre Fortbildungen 10-20 % der Mitarbeitenden)
- interne Einarbeitung neuer Mitabreitenden in die traumapädagogische Arbeit

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Vom Fachverband Traumapädagogik beschriebene Zertifizierungsanforderungen

C. MitarbeiterInnenversorgung

Welche Maßnahmen im Bereich der wertschätzenden Personalentwicklung werden regelmäßig durchgeführt? Wie werden die Mitarbeitenden durch Leitungskräfte emotional unterstützt? Wie erfasst die Einrichtung die Belastungssituation der MitarbeiterInnen?

Mindeststandards

- Angebote im Bereich der Gesundheitsprävention
- Unterstützungsangebote in und nach Krisen
- entwicklungs- und ressourcenorientierte MitarbeiterInnengespräche
- Fortbildungsangebote

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Belastungen übertragen sich

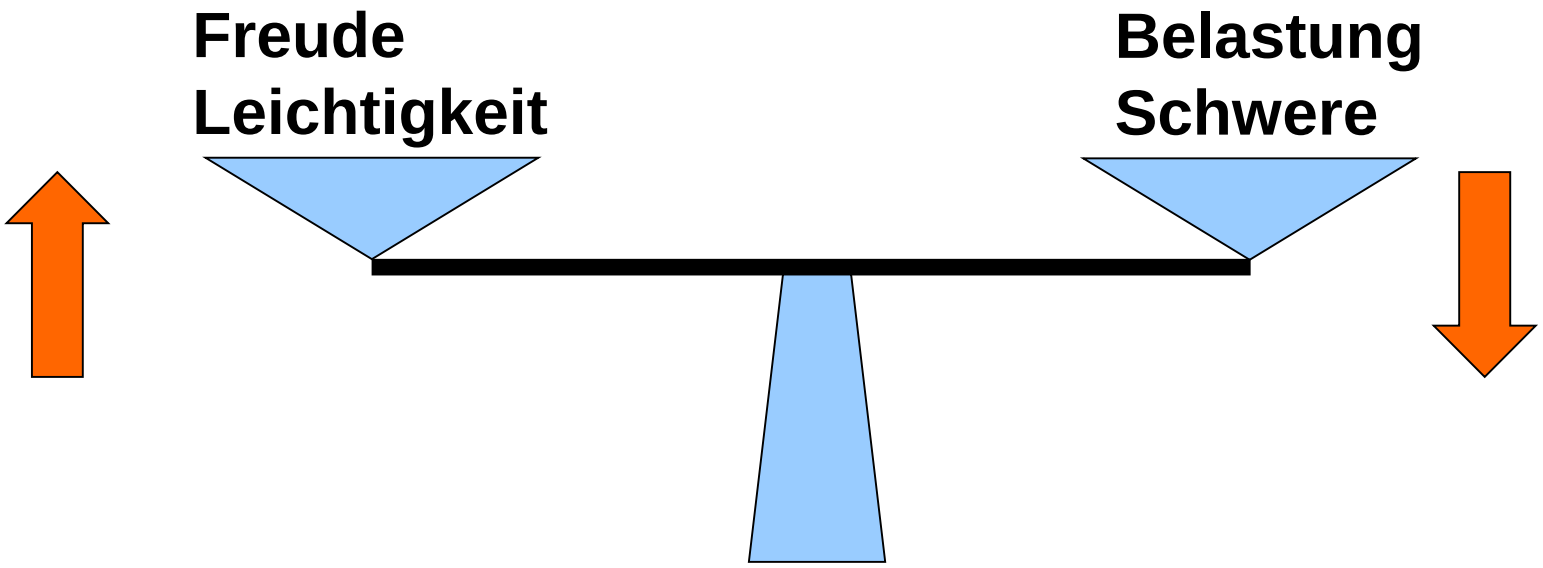
Freude auch

http://www.trendengel.com/wp-content/uploads/2017/02/8cd8ff264b6d7d19f29f634371f7a51a-500x282.jpeg

https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQhKsr3Bk_kwBNH4hTV34xDSKdSWpN77w7zyrNvTpu9eZp0EFTkJw

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Viel Freude trägt viel Belastung !!



Gelotologie – Die Wissenschaft des Lachens

Funktionen/ Arten:

-Aggression (auslachen)
-Verlegenheit
-Angst/ Unsicherheit
-Sexuelle Erregung
-Gruß
-……

Ehrliches Lachen/Lächeln:

-Ausdruck spontanen, ehrlichen Vergnügens
-Symmetrische Mundmimik gekoppelt mit Krähenfüßen an den Augen

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

Gelotologie – Die Wissenschaft des Lachens

- **Auswirkung auf den Körper**

Durchblutung, Herz-Kreislauf, Schmerz, Energie, Entspannung, Abwehrstoffe, Immunsystem, Endorphinausschüttung, Körperhaltung, Gesichtsmuskulatur, Müdigkeit, …

- Die Veränderung der Gedankenwelt

Lockerung, Kreativität, Veränderung der Sicht, emotionaler Abstand/ Distanz, Optimismus, Problemlösung …

- **Auswirkung auf die Psyche**

Heiterkeit statt Pessimismus, Mut, Offenheit, soziale Kontakte, Hoffnung, Glaube, Selbstwert/Selbstannahme, …

possum
ich kann
traumapädagogisches institut für praxis- und bedarfsorientierte fortbildung und beratung

DANKE FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT

http://ts4.mm.bing.net/th?id=HN.608010203851722131&pid=15.1&H=124&W=160

info@possum-institut.de, www.possum-institut.de