

TRAUMAPÄDAGOGIK - IM GRUPPENALLTAG

SELBTSWIRKSAMKEIT/-BEMÄCHTIGUNG DER KINDER UND JUGENDLICHEN ERLANGEN DURCH

FÖRDERUNG DES SELBSTVERSTEHENS

- Angebote, ihrem Entwicklungsstand entsprechend zu lernen, was in ihrem Gehirn und ihrem Körper, insbesondere bei Stress und Trauma passiert
- Angebote, um mit ihnen die sinnvollen Hintergründe von ihren Verhaltensweisen und Reaktionen zu suchen und Ideen für Verhaltensalternativen zu erarbeitet und zu sichern

FÖRDERUNG DER KÖRPER- UND SINNESWAHRNEHMUNG

- Anregungen und Anreize zu riechen, zu schmecken, zu sehen, zu hören und zu spüren
- Angebote, um Körperempfindungen sprachlich ausdrücken zu können
- Förderangebote zum Erlernen und Spüren von Körperempfindungen im Zusammenhang mit Emotionen.
- Anregungen, um angenehme und unangenehme körperliche Nähe unterscheiden zu lernen und mit gestärktem Bewusstsein zu entscheiden, welche sie von wem und wann zulassen möchten
- Bewegungs- und Entspannungseinheiten zur Versorgung der traumaspezifischen Auswirkungen auf den Körper (Stresslevel, Erstarrung, somatische Symptome, Trennung von Gedanken und Körper, Körperhaltung)

FÖRDERUNG DER EMOTIONSREGULATION

- Angebote, um Verhaltensweisen, Körperreaktionen, Emotionen sowie Handlungsimpulse besser zu verstehen
- psychoedukative Hilfestellung, um hohen Stress auslösende Reize (Trigger) benennen und erkennen zu können
- Förderung im Erlernen von Fertigkeiten, um Emotionen bei sich und bei anderen zu erkennen und zu benennen, sowie entsprechende Ausdrucksmöglichkeiten zu finden
- Angebote zum Erlernen von Selbstregulationsmöglichkeiten
- Unterstützung zur emotionalen Stabilisierung bei Unsicherheiten und Krisensituationen

FÖRDERUNG DER PHYSISCHEN UND PSYCHISCHEN RESILIENZ

- Entdecken und fördern vorhandenen Fähigkeiten, Fertigkeiten, Stärken und Interessen
- Erarbeiten von protektiven Faktoren innerhalb des individuellen, familiären und sozialen Systems

FÖRDERUNG DER SELBSTREGULATION

- Angebote zum Erlernen und Verstehen der Funktion von Dissoziation
- Angebote zum Verstehen von Rückblenden (Flashbacks)
- Angebote und Anregungen zur Förderung ihrer Achtsamkeit auf Körperreaktionen
- Angebote mit ihnen Möglichkeiten der Entspannung und Selbstregulation zu erlernen
- Angebote mit ihnen Reorientierungsmöglichkeiten zu erarbeiten und zu erproben
- Angebote mit ihnen Notfallstrategien zu erarbeiten und zu erproben

PARTIZIPATION

- Möglichkeiten und Angebote zur Partizipation in Alltagssituationen in verschiedenen Stufen (Information, Mitsprache, Mitbestimmung, Selbstbestimmung)
- Mitgestaltung ihres Lebens- und Alltagsraums in allen Dingen, die sie betreffen

- Möglichkeiten des Rückzugs und der Abgrenzung

PSYCHOEDUKATION BEZOGEN AUF GRUPPENDYNAMIK

Der Gruppenalltag bietet den Kindern/Jugendlichen gezielt unter Berücksichtigung ihrer individuellen Möglichkeiten Angebote traumabbezogene Aspekte der Gruppendynamik zu verstehen und einen zielgerichteten Umgang zu erlernen.

DAZU GEHÖREN:

- Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomene, Auslösereize (Trigger)
- Dynamik von Wiedererleben (z.B. Rückblenden etc.) im Gruppenkontext
- Manipulation
- Hierarchie und Machtverhältnisse
- Brisanz sexueller Symptomatik
- Enttabuisierung sozialer Ängste (z.B. Angst vor bestimmten Menschen, Situationen, und vor Blamage etc.)

SICHERHEIT IN DER GRUPPE

Der Gruppenalltag bietet Strukturen die die emotionale Sicherheit der Kinder und Jugendlichen innerhalb der Gruppe unterstützen.

DAZU GEHÖREN:

- Rituale, Feste
- Transparenz von tagesstrukturellen und wochenstrukturellen Punkten
- Transparenz über An- und Abwesenheit der PädagogInnen
- Transparenz über individuelle Besuche oder Termine
- regelmäßige, standardisierte Gruppengesprächsrunden
- regelmäßige Gruppenaktivitäten

DAS TEAM DER EINRICHTUNG ALS VORBILD

Im Gruppenalltag bieten sich das MitarbeiterInnenteam gezielt als Beispiel für die unterschiedlichen Aspekte der Zugehörigkeit und Teilhabe in einer Gruppe an

DIE GRUPPENPÄDAGOGINNEN PFLEGEN EINEN GEZIELTEN UND REFLEKTIERTEN UMGANG MIT:

- Konflikten
- Kommunikation
- Hierarchie und Machtverhältnisse
- Geheimnissen
- den Geschlechterrollen
- Verantwortung
- Freude und Ausgelassenheit
- Herkunft