

## TRAUMAPÄDAGOGIK - IM GRUPPENALLTAG

---

### SELBSTWIRKSAMKEIT/-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 erarbeiten 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 traumabezogene 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