

Herzlich willkommen

Trauma verstehen

Kinder und **Jugendliche** wirksam begleiten

Trauma Institut Westerwald





Darf ich vorstellen: **Nicole**

5. Klasse: Nicole fällt in der Klasse durch ständige Lügengeschichten auf. Manche ihrer Geschichten ängstigen die Mitschüler sehr. Ihre schulischen Leistungen werden immer schlechter.

6. Klasse: Die Noten werden so schlecht, dass sie die Schulform wechseln muss. In vielen Unterrichtseinheiten erzählt sie „Geschichten“ aus ihrer Familie, die sich nicht stimmig anhören, weil sie immer gerade zum Unterrichtsthema passen.

8. Klasse: Nicole wirkt häufig abwesend, fehlt oft, lässt sich mit körperlichen Beschwerden frühzeitig abholen.

9. Klasse: Sobald sich Nicole ungerecht behandelt fühlt, verlässt sie türenknallend den Unterricht.

10. Klasse: Besucht kaum noch die Schule, Konsum von Drogen auf der Abschlussfahrt.



Was stimmt mit dieser Jugendlichen nicht?

Sie hat keine
Motivation

Sie ist grade
einfach
schwierig

Sie testen ihre
Grenzen

Sie will sich
wichtig
machen

Unzuverlässigkeit
Schulabsentismus Provokation
Aggression Konsum
Lügen Antriebslosigkeit
Distanz Rückzug
Reizbarkeit Unpünktlichkeit
Selbstverletzung



Trauma und Adoleszenz

Traumatische Erfahrungen können bei Jugendlichen auf eine Entwicklungsphase treffen, die durch tiefgreifende körperliche, kognitive, emotionale und soziale Veränderungen gekennzeichnet ist.

Belastende Erfahrungen können dabei die Bewältigung altersbezogener Entwicklungsaufgaben und die Entwicklung von Fähigkeiten zur Emotionsregulation, sozialen Interaktion und Selbststeuerung beeinflussen.





**Sozial
verantwortliches
Verhalten**

**Reifere
Beziehungen zu
Altersgenossen**

**Übernahme
Geschlechtsrolle**

**Werte und ein
ethisches System
entwickeln**

**Entwicklungsaufgaben
Adoleszenz**

**Akzeptanz und
Nutzung des
Körpers**

**Vorbereitung auf
eine berufliche
Karriere**

**Vorbereitung auf
Partnerschaft und
Familie**

**Emotionale
Unabhängigkeit**



Reife Beziehungen zu Gleichaltrigen aufbauen

Jugendliche lösen sich schrittweise aus der primären Orientierung an den Eltern und entwickeln zunehmend eigene soziale Normen, Zugehörigkeiten und Identitäten. Peerbeziehungen erfüllen dabei wichtige Funktionen für Zugehörigkeit, soziale Anerkennung, Identitätsentwicklung und Autonomie

Nicole: hat große Schwierigkeiten zu vertrauen, reagiert häufig konflikthaft und aggressiv, zieht sich sozial zurück, hat große Angst davor, verlassen oder zurückgewiesen zu werden.

Im fortgeschrittenen Jugendalter sucht sie häufig Zugehörigkeit in problematischen Peergruppen

Übernahme bzw. Entwicklung einer Geschlechterrolle



Entwicklung einer eigenen Geschlechtsidentität, sexuellen Identität und eines selbstbestimmten Umgangs mit Geschlechtlichkeit und Sexualität

Nicole: hat ein negatives Selbstbild, sie berichtet häufig von Schamgefühlen.

Später erzählt sie von eher riskantem Sexualverhalten.



Akzeptanz und Nutzung des eigenen Körpers

Die Pubertät bringt tiefgreifende körperliche Veränderungen mit sich. Jugendliche müssen den veränderten Körper wahrnehmen, akzeptieren und in ihr Selbstbild integrieren.

Nicole: hat ein negatives Körperbild, selbstverletzendes Verhalten wird immer deutlicher.



Emotionale Unabhängigkeit von den Eltern bzw. Erwachsenen

Aus einer primären Abhängigkeit von den Eltern bzw. Erwachsenen soll zunehmend eine autonome, aber weiterhin verbundene Beziehung werden.

Nicole: schwankt von extremer Selbstständigkeit zu übermäßiger Abhängigkeit von den Eltern, sie hat große Schwierigkeiten, Entscheidungen alleine zu treffen.



Vorbereitung auf Partnerschaft und Familie

Entwicklung der Fähigkeit zu selbstbestimmten, vertrauensvollen und gleichberechtigten intimen Beziehungen sowie eine eigenständige Entscheidung über Partnerschaft, Elternschaft und Lebensform.

Nicole: Wechselt im Kontakt schnell zwischen großer Nähe und absoluter Distanz



Vorbereitung auf eine berufliche Karriere

Jugendliche müssen Interessen, Fähigkeiten und Zukunftsvorstellungen mit den Möglichkeiten ihrer sozialen Umwelt in Beziehung setzen.

Nicole: Vermeidet immer öfter den Schulbesuch, leidet unter Schlafstörungen, wirkt im Unterricht abwesend, hat große Konzentrationsprobleme, ein Schulabschluss wird immer unwahrscheinlicher



Entwicklung eines eigenen Werte- und ethischen Systems

Entwicklung eines eigenständigen Wertsystems, das von der Zustimmung der Eltern zunehmend unabhängig wird.

Nicole: hat ein großes Misstrauen gegenüber Autoritäten und Institutionen, sowie eine eher von Schwarz-Weiß-Denken geprägten Sichtweise.



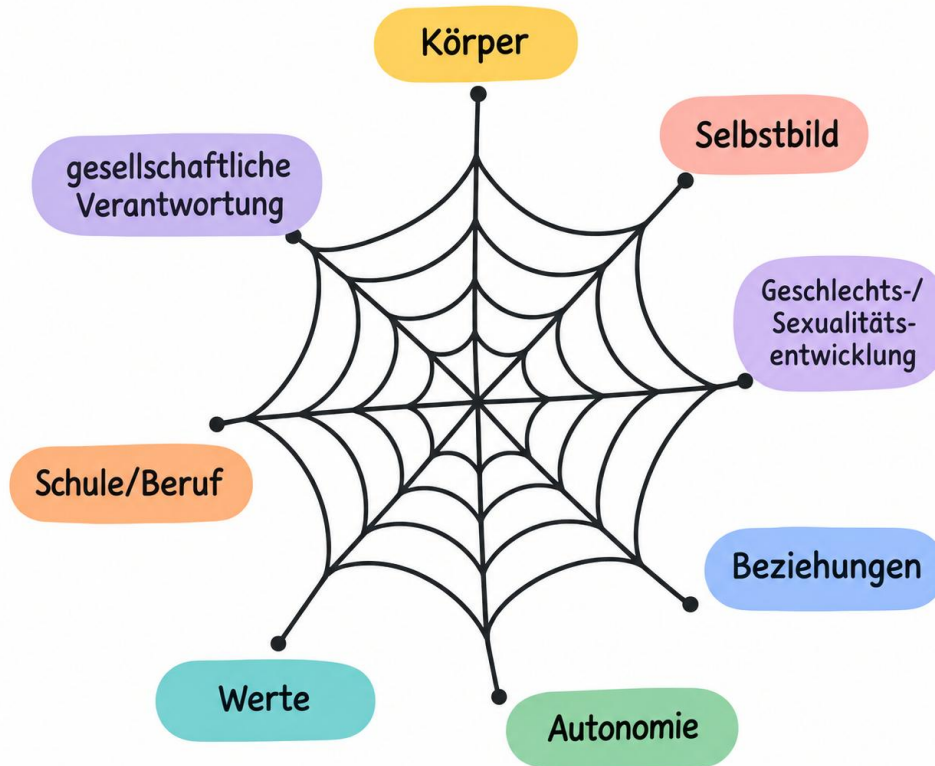
Entwicklung sozial verantwortlichen Handelns

Jugendliche müssen zunehmend Verantwortung für sich selbst und andere übernehmen.

Nicole: fällt es schwer, sich an soziale Regeln zu halten, orientiert sich an Gruppen, in denen riskantes und delinquentes Verhalten normalisiert wird.



Trauma und Adoleszenz



Traumatisierung kann Entwicklungsaufgaben erschweren, verzögern, verändern oder auf ungewöhnliche Weise sichtbar machen – aber sie legt den weiteren Entwicklungsverlauf nicht fest.

Perspektivwechsel

Was könnte diesem Verhalten vorausgegangen sein?

Wofür könnte dieses Verhalten einmal eine gute Lösung gewesen sein?



Was braucht diese Jugendliche heute, damit seine Vergangenheit nicht seine gesamte Zukunft bestimmt?“

Unzuverlässigkeit
Schulabsentismus Provokation
Aggression Konsum
Lügen Antriebslosigkeit
Distanz Rückzug
Reizbarkeit Unpünktlichkeit
Selbstverletzung



Nicols Hintergrund:

Nicole wuchs in einem familiären Umfeld auf, das durch erhebliche Belastungen geprägt war. Sie lebte gemeinsam mit ihrer psychisch stark belasteten Mutter, ihrem alkoholkranken Vater und ihrem geistig sowie körperlich behinderten Bruder. In ihrer Kindheit wurde sie von einem engen Familienangehörigen sexuell missbraucht. Über mehrere Jahre hinweg bestand weiterhin Kontakt zum Täter. Im Alter von etwa 14 Jahren begann Nicole, Alkohol und Drogen zu konsumieren. Ihre Eltern waren mit der Erziehung überfordert. Der familiäre Erziehungsstil war insbesondere durch Abwertung, verbale Gewalt und mangelnde Zuwendung beziehungsweise Nichtbeachtung gekennzeichnet. Während eines Aufenthalts in einer psychiatrischen Klinik wurde Nicole in Obhut genommen. Nach etwa einem Jahr wurde die stationäre Unterbringung auf ihren eigenen Wunsch hin beendet.





Wir können die
Vergangenheit nicht
ungeschehen machen, aber
wir können beeinflussen,
welche Erfahrungen ein
Jugendlicher heute mit
Erwachsenen macht.



Jugendliche brauchen Selbstwirksamkeit – Fachkräfte auch



Selbstwirksamkeit bedeutet nicht, alles kontrollieren oder im Griff haben zu müssen.

Sie bedeutet vielmehr: "Ich kann etwas bewirken –auch wenn ich nicht alles verändern kann."





Denken Sie an einen Jugendlichen, bei dem Sie gerade das Gefühl haben, dass Sie ihn nicht erreichen.

Was kann ich bei diesem Jugendlichen **nicht** verändern?

Was kann ich beeinflussen?

Was ist eine kleine konkrete Handlung, die ich in der nächsten Woche ausprobieren kann?





Literatur:

Bausum, J., Besser, L. U. et al. (Hrsg.) (2021): Traumapädagogik: Grundlagen, Arbeitsfelder und Methoden für die pädagogische Praxis. Anthea Verlag

Kühn, M. & Bialek, J. (2021): Handbuch Traumapädagogik. Beltz Juventa

Siegel, D. J. (2012): Das achtsame Gehirn. Arbor Verlag

Streeck-Fischer, A. (2014): Trauma und Entwicklung: Adoleszenz – frühe Traumatisierungen und ihre Folgen (2., überarb. Aufl.). Stuttgart: Schattauer.

Weiß, W. & Gahleitner, S. B. (Hrsg.) (2016): Handbuch Traumapädagogik. Beltz

Zimmermann, D. (2017): Traumatisierte Kinder und Jugendliche im Unterricht. Ein Praxisleitfaden. Beltz.