

Sekundäre Traumatisierung von Helferinnen und Helfern



Workshop

Fachtag Eibenhorst-Schule
Westerstede, 15.05.2018

Dipl. Beh.-Päd. Martin Kühn

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Definition

„Unter Sekundärer Traumatisierung versteht man die ‚Ansteckung‘ mit typischen posttraumatischen Symptomen im Verlauf der Arbeit mit traumatisierten Menschen.“

Es handelt sich dabei um eine übertragene Traumatisierung, die zustande kommt, obwohl die Therapeutin/Helferin nicht selbst mit dem traumatischen Ereignis konfrontiert ist.“

(Judith Daniels :: www.sekundaere-traumatisierung.de)

*„Der Schmerz des Lebens
übersteigt die Freude in einem Maße,
dass keine Freude mehr existiert.“*

(Kevin Carter)



Unterschied zur primären Traumatisierung

1. keine eigenen sensorischen Eindrücke der traumatischen Situation
2. zeitlicher Abstand zur eigentlichen traumatischen Situation

Gefährdungen der HelferInnen durch...

- akute externe Gefährdung der KlientInnen
- mangelnde Unterstützung und Entwertung durch KollegInnen und Vorgesetzte
- Belastungen aus der direkten Arbeit mit der KlientInnen
- das Ausmaß des Leides und die Schilderungen der Qualen des Opfers => HelferInnen sind empathische Zeuginnen der erlebten Traumata der jungen Menschen

Was ist ein Trauma?

„Psychisches **Trauma** ist das Leid der Ohnmächtigen.

Das Trauma entsteht in dem Augenblick, wo das Opfer von einer überwältigenden Macht **hilflos** gemacht wird.

Ist diese Macht eine Naturgewalt, sprechen wir von einer **Katastrophe**.

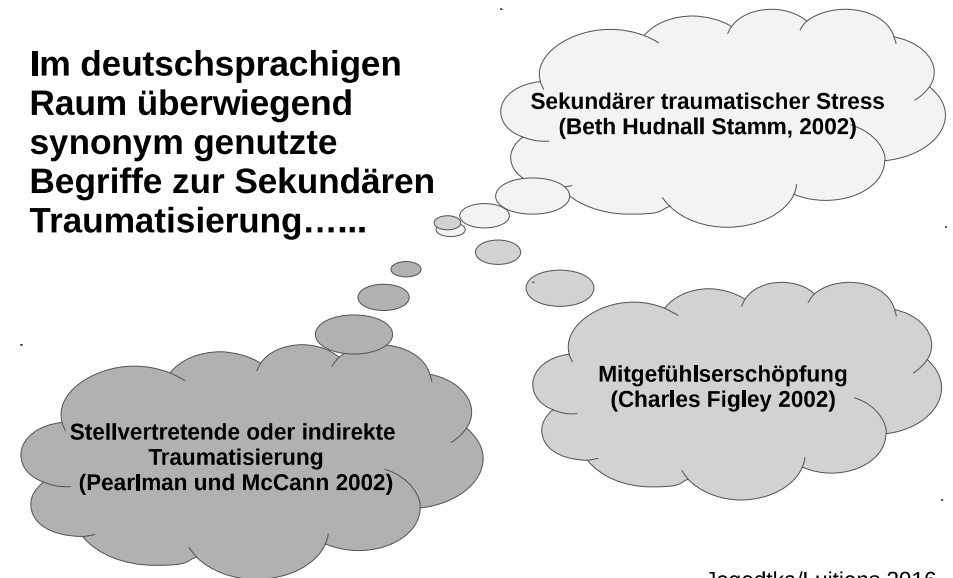
Üben andere Menschen diese Macht aus, sprechen wir von **Gewalttaten**.

Traumatische Ereignisse **schalten das soziale Netz aus**, das dem Menschen gewöhnlich das Gefühl von **Kontrolle**, **Zugehörigkeit zu einem Beziehungssystem** und **Sinn** gibt.“

(Judith Herman, 1993)

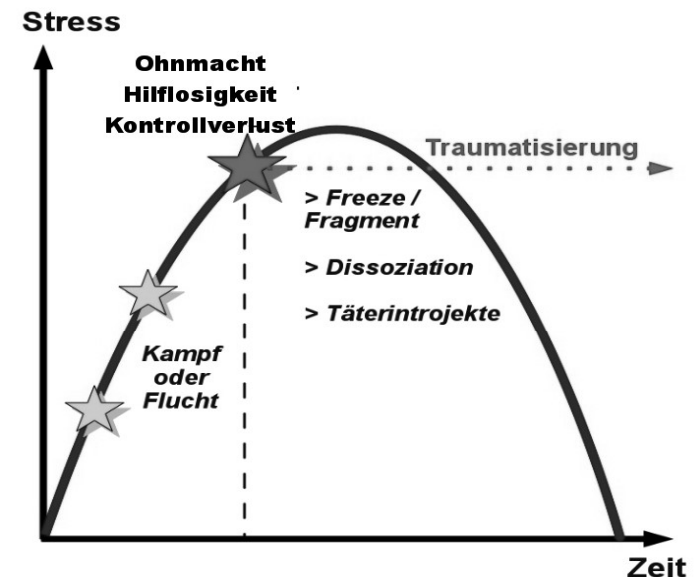
Begriffe

Im deutschsprachigen Raum überwiegend synonym genutzte Begriffe zur Sekundären Traumatisierung.....

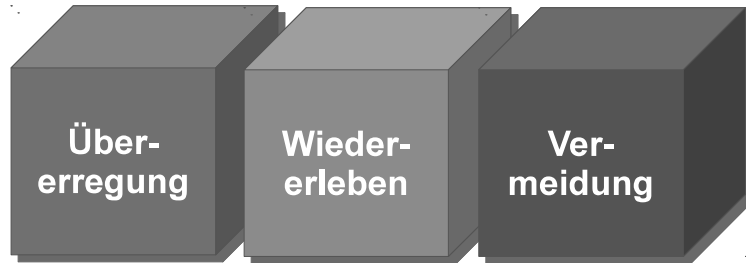


Jegodtka/Luitjens 2016

Die Reaktion in potentiell traumatischen Situationen



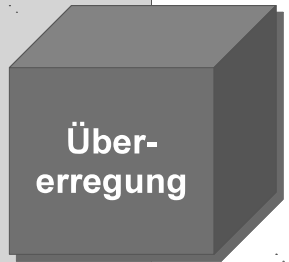
„Posttraumatische Belastungs**störung**“
oder
„Posttraumatische Belastungs**reaktion**“?



Mögliche Auswirkungen traumabezogener Ausdrucksweisen auf Mitmenschen

Mögliche Auswirkungen traumabezogener Ausdrucksweisen auf Mitmenschen

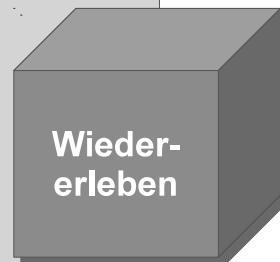
Unser vegetatives Nervensystem ist evolutionär darauf ausgerichtet, Stress bei unserem Gegenüber wahrzunehmen und dann ebenfalls Stress aufzubauen. Dies dient der Überlebenssicherung – *Gefahr für mein Gegenüber kann auch für mich Gefahr bedeuten!*



Levine 2011

Mögliche Auswirkungen traumabezogener Ausdrucksweisen auf Mitmenschen

Durch Flashbacks und Reinszenierungen kommt traumatisches Erleben immer wieder ins Hier und Jetzt! Damit haben Mitmenschen einen direkten Anteil an diesem Erleben!



Bialek 2011

Die Notwendigkeit, traumabezogene Reize und Auslöser von Stress und Angst zu vermeiden, kann bei Helfern zu Hilflosigkeit und Handlungsunfähigkeit führen.

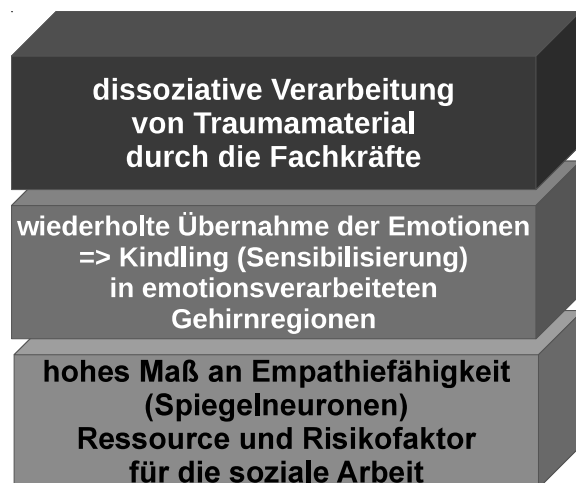


Bialek 2011

Weitere mögliche Belastungen durch...

- Das Wissen darüber, was Menschen passieren/angetan werden kann
- Erzählungen über Erlebtes im direkten Kontakt
- Die empathische Übertragung auf die eigene Person/Familie: was wäre wenn mir so etwas passieren würde, wie würde ich mich fühlen?
- Das Erleben eigener Handlungsfähigkeit
- Real an sich oder anderen erlebte Gewalt durch traumabezogene Krisen im beruflichen Kontext (Studie Steinlin et al 2012)
- Spaltungen/Konflikte im Team durch traumabezogenes Verhalten der Adressaten

Was bei der Entstehung eine Rolle spielt...



„Sekundärer traumatischer Stress ist ein Risiko, das wir eingehen, wenn wir uns empathisch mit einem (...) Kind befassen“.

Bruce Perry, 2005



Symptome Sekundärer Traumatisierung (nach Daniels)



Entgrenzung – Dynamik einer so intensiven Beschäftigung mit dem Thema, das Balance zwischen Arbeit und Erholung nicht aufrechterhalten werden kann

Parapsychotisches Bedrohungsgefühl – Verlust des eigenen Gefühls von Sicherheit und bildhafte Vorstellungen von Bedrohungen

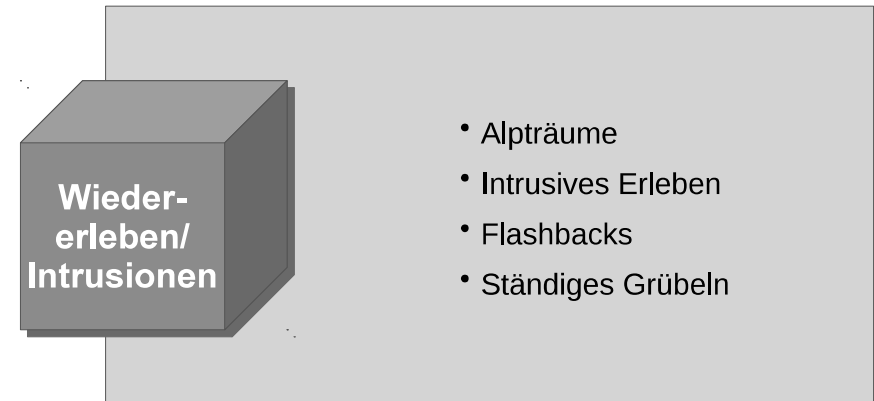
Symptome Sekundärer Traumatisierung



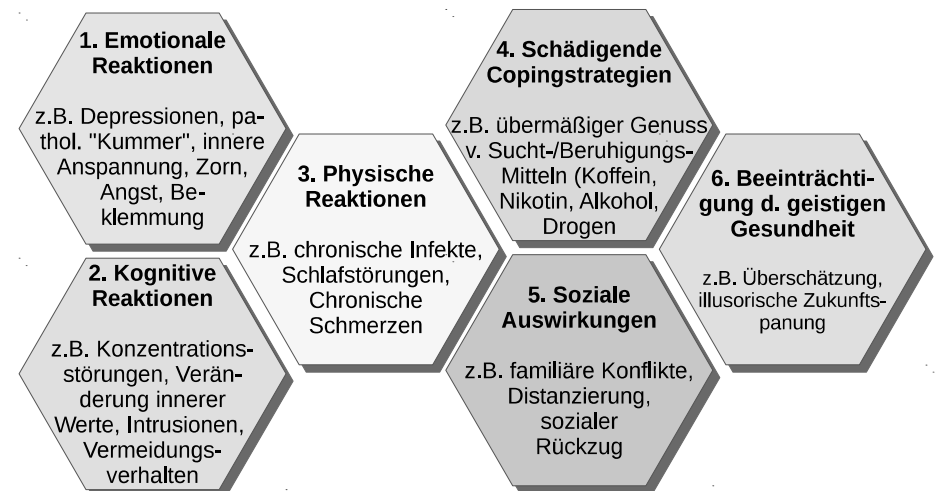
Symptome Sekundärer Traumatisierung



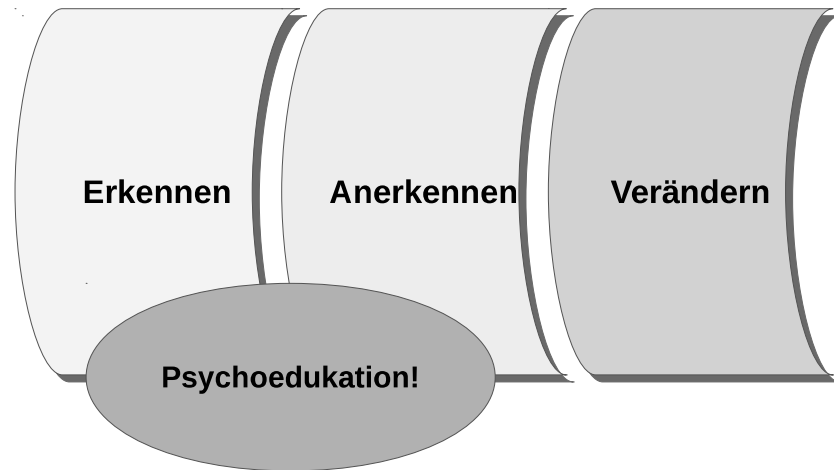
Symptome Sekundärer Traumatisierung



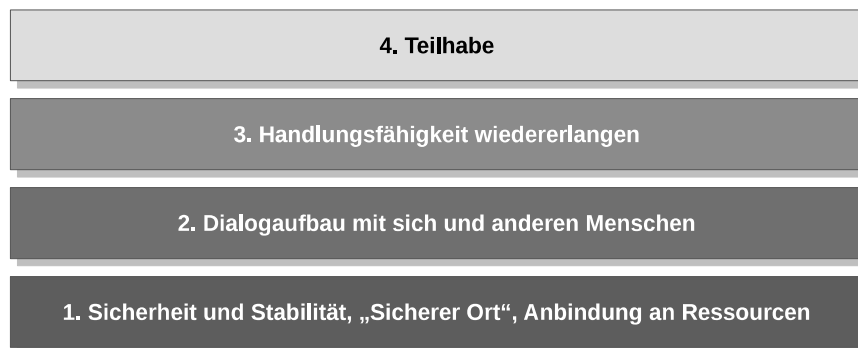
Symptome Sekundärer Traumatisierung



Umgang mit Sekundärer Traumatisierung (Huber)



Handlungsmöglichkeiten im pädagogischen Feld



Die Säulen der Selbstfürsorge



Ein kleiner „Selbsttest“...



tra:i:n

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Zum Schluss

**„Wer mit traumatisierten
Menschen arbeitet,
muss drei Dinge unbedingt
beherzigen:**

1. Gut essen
2. Feste feiern
3. Wütend putzen“

(Verena Engel)

tra:i:n

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

Übung

Bitte finden Sie
für jede Frage 3
Antworten!

(Zeit: ~ 10 Minuten)

**Was können
meine
KollegInnen
von mir
lernen?**

**Was macht
mich im
Arbeitsalltag
sicher und
zufrieden?**

**Zu welchen
fachlichen
Themen
möchte/muss
ich mehr
wissen?**

**Was macht
mich im
Arbeitsalltag
unsicher und
unzufrieden?**

tra:i:n

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland

**::Seminare::
::Fortbildung::
::Beratung::**

Wissen aus der Praxis
für die Praxis

traumapädagogisches institut
norddeutschland

Dipl. Beh.-Päd. Martin Kühn
& Dipl. Beh. Päd. Julia Bialek GbR

Bauernreihe 6
27726 Worpswede
04792 – 623 12 86

info@tra-i-n.de
www.tra-i-n.de



**Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit!**

tra:i:n
traumapädagogisches institut norddeutschland

© 2018 traumapädagogisches institut norddeutschland