



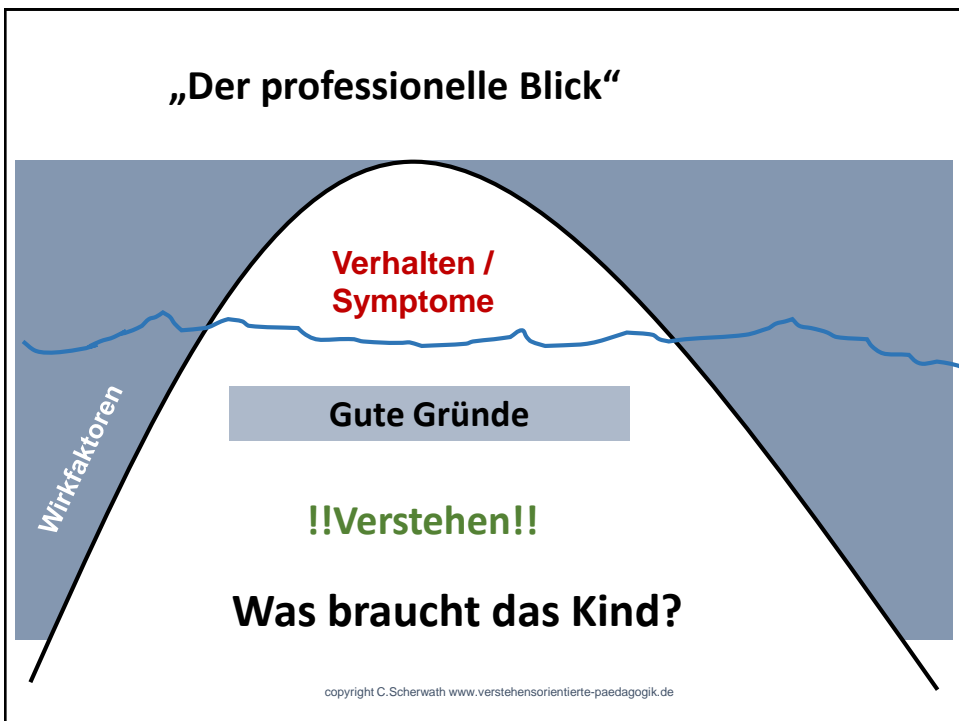
Die biografische Wunde -

Wenn traumatisches Erleben Spuren hinterlässt

Corinna Scherwath

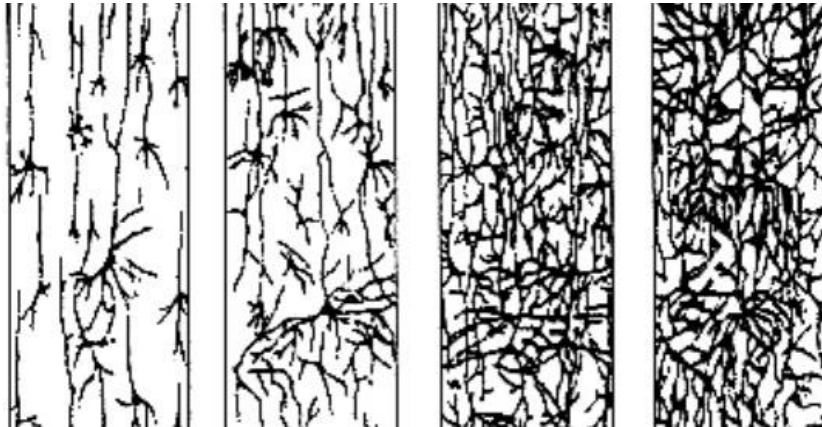
copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

1



2

Das menschliche Gehirn wird erfahrungsabhängig
geprägt (Neuroplastizität)



copyright C.Scherwath
www.verstehensorientierte-paedagogik.de

3

„Nicht wir machen
Erfahrungen,
sondern
Erfahrungen
machen uns!„

Ionesco

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

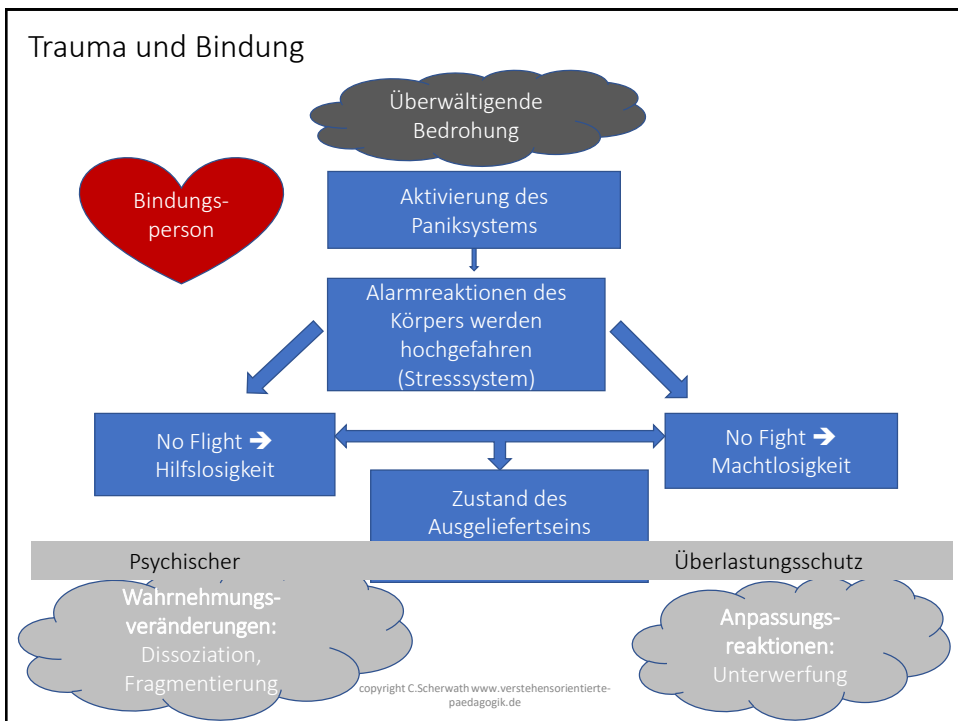
4

Trauma
(Wunde)
tiefgreifende
seelische
Verletzung

- Erleben **plötzlicher, heftiger** oder **anhaltende** äußere und/oder innere **Bedrohung**,
- das mit dem Gefühl von: **Todesangst, Hilflosigkeit, Ohnmacht** und **Schutzlosigkeit** einhergeht
- Ein traumatisches Erlebnis überfordert die gewohnten Anpassungs- und Verarbeitungsstrategien

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

5



6



No fight – no flight

copyright C.Scherwath
www.verstehensorientierte-paedagogik.de

7

Trauma - Folgen

- Traumatisches Erleben hinterlässt eine Wunde (Trauma) in der Hirnstruktur und somit organische Spuren
- Eine Traumatisierung ist deshalb nicht ausschließlich „psychisch“ sondern insbesondere organisch zu erklären!

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

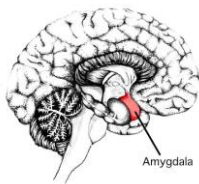
8

Das dreieinige Gehirn



9

Amygdala und Trauma

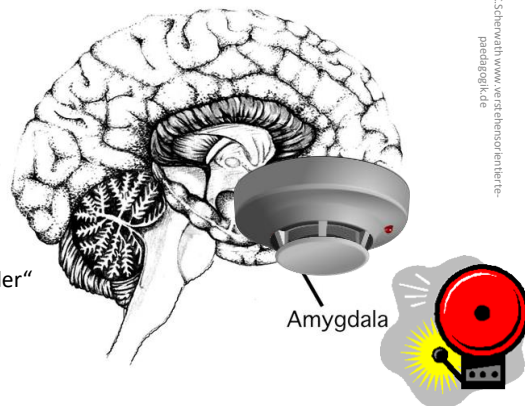


Durch chronischen Stress und traumatische Erfahrung wird das Alarmsystem Amygdala („Rauchmelder“ im Gehirn) verstellt.

→ Extrem hohe Sensitivität

Menschen fühlen Dinge dadurch als gefährlich, die Andere nicht als gefährlich wahrnehmen

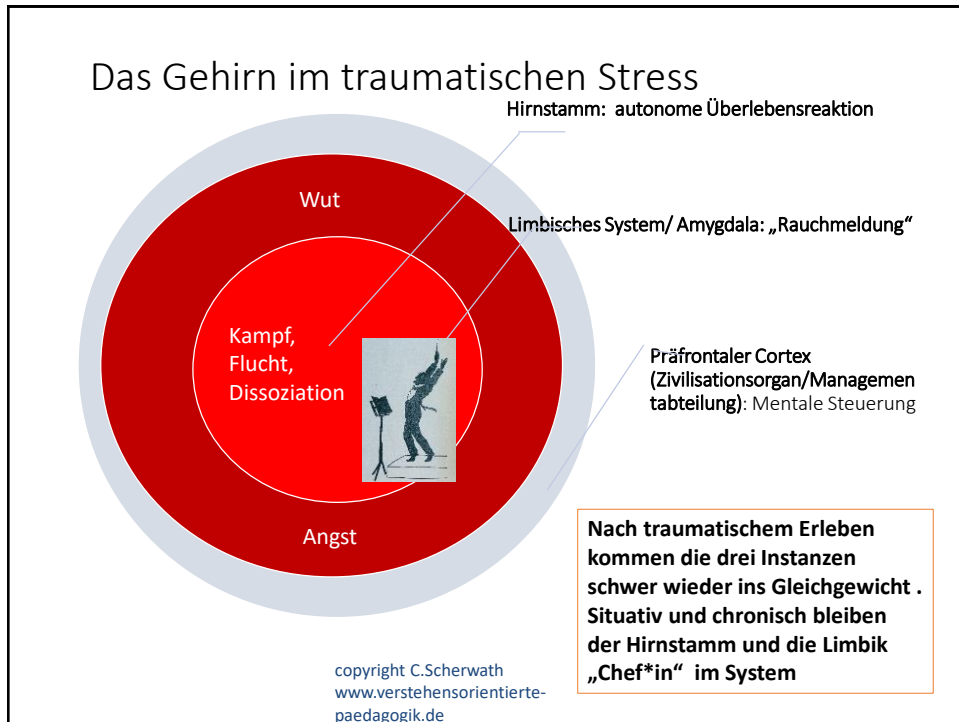
Entsprechend werden Reaktionen zur Bekämpfung der gefühlten Katastrophe eingeleitet (Kampf, Flucht, Dissoziation)



„Wenn hohe Luftfeuchtigkeit für Feuer gehalten wird“

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

10



11

Biochemische Vorgänge im Organismus

- Adrenalin , Noradrenalin, Dopamin sorgen für maximale Körperspannung und Beweglichkeit ==> Voraussetzung für Kampf o. Flucht
- gesteigerte Cortisolausschüttung erhöht Angstpegel ==> Voraussetzung für Wachsamkeit
- Ausschüttung körpereigener Endorphine sorgt für Verminderung des Schmerzempfindens (Dissoziativer Zustand)

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

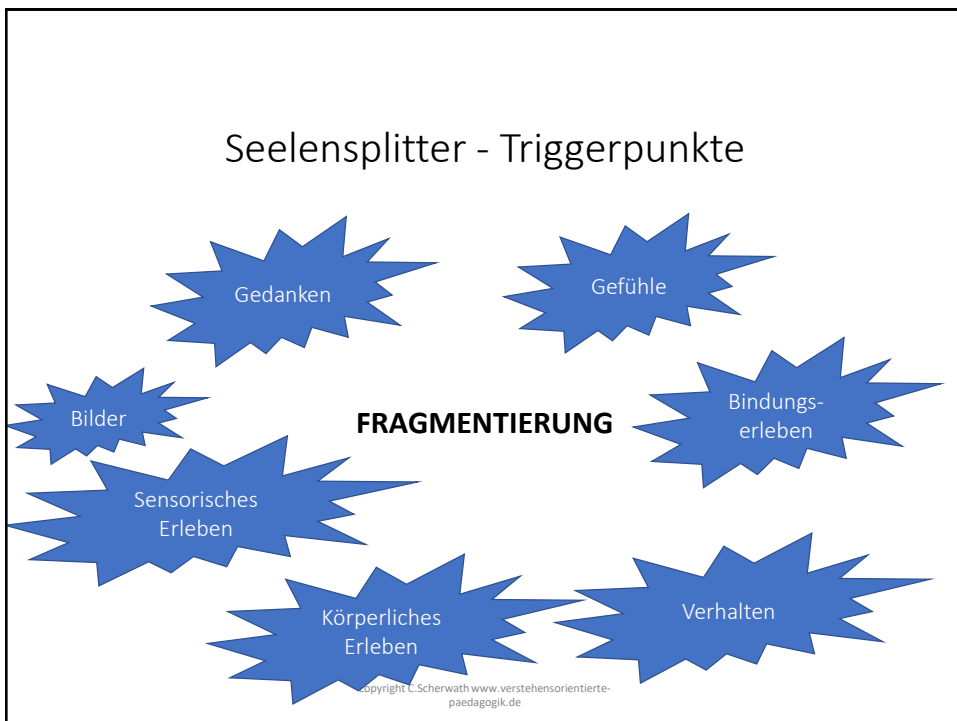
12

Fragmente

- sind Aspekte die während des traumatischen Erlebens aktiv waren
- diese werden im Organismus in abgespaltener Form **eingefroren und gespeichert**
- Und sind durch innere oder äußere „**Trigger** (Schlüsselreize)“ jederzeit abrufbar und auslösbar
- Dadurch kann vollständiges oder unvollständiges **Wiedererleben** der alten Situation hervorgerufen werden → Flashback!

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

13



14

Traumatisierte Kinder, sind Kinder mit Stressschädigungen

- Umgebung und Menschen werden potentiell als bedrohlich wahrgenommen
- Sie befinden sich in einem Zustand permanenter Anspannung, Unruhe und Übererregung
- Sie fühlen sich schneller bedroht, hilflos, verängstigt, angegriffen, verunsichert und erschöpft
- Gefühle von Angst und Wut überwältigen sie
- Rationales Denken, Verhaltens- und Selbststeuerung sind stark eingeschränkt

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

15

Was hilft?

Naturschutzgebiete für die Seele

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

16

„Heilsame Prozesse“

- Sich sicher fühlen in Beziehungen → sichere Bindungen
- Sich sicher fühlen in der Welt (Weltvertrauen) → Strukturen von Sicherheit
- Sich sicher fühlen in sich selbst → Selbstsicherheit/
Selbstvertrauen

17

Sichere Bindung anbieten

Das
Bindungssystem
ist der
Gegenspieler
zum
Stresssystem

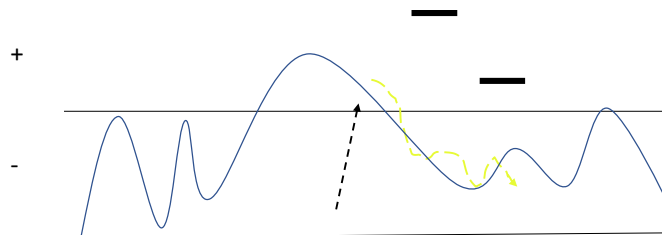
copyright C.Scherwath
www.verstehensorientierte-paedagogik.de

18

Co-Regulation und Selbstregulation

Stresstoleranzfenster

Übererregung



Die Voraussetzung für die Entwicklung stabiler Stress- und Selbstregulationskompetenzen, ist die Erfahrung von grundlegender Sicherheit und Co-Regulationserfahrungen

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

19

Präventive Bindungsansätze – „Ich bin da!“

- Proaktiv Interesse signalisieren und Kontaktaufnehmen
- Blickkontakt, Berührung, Präsenz herstellen
- Häufige emotionale Resonanz (Zustände, Gefühle etc. des Kindes ins Wort bringen)
- Begleitung in Übergangs- und unstrukturierten Situationen
- Bereitschaft zu Assistenz und Unterstützung
- Trost spenden
- Unterstützung bei der Stress- und Affektregulation

copyright C.Scherwath
www.verstehensorientierte-paedagogik.de

20

Der sichere Hafen

Triggeranalyse: Worauf reagiert das Kind „allergisch“? Was gilt es also zu vermeiden?

Ressourcevolle Aktivitäten in den Tag

einbringen: Was tut ihm gut? Was bringt ihn zur Ruhe? Was hilft ihm sich zu stabilisieren? Was lässt ihn in einem guten Zustand sein? (bspw. sich bewegen, was malen, einen Bonbon lutschen, ein Kaugummi kauen, etwas ausmalen....).

Begleitung schaffen: Wer ist an seiner Seite, wenn es ihm schlecht geht?

Sichere Orte schaffen: wo kann das Kind hin, wenn es in schlechtem Zustand ist?

Skills erarbeiten: was kann das Kind für sich tun, wenn es ihm „schlecht“ geht

copyright C.Scherwath

www.verstehensorientierte-paedagogik.de

21

Notfallplan

- **Präsenz signalisieren:** „Ich bin da – und helfe Dir!“
- **Emotionale Resonanz:** Sprechen über das, was das Kind innerlich bewegt: Verbalisieren von Emotionen, möglichen Motiven, Wünschen, Bedürfnissen des Kindes
- **Stoppsignal:** Ggf. Kind mit Namen ansprechen, um Stoppen bitten und Alternative Handlung ansagen
- **Handlungsbegleitende Kommentare** – verbale Transparenz gegenüber eigenen Handlungen
- **Beruhigungsanker nutzen** (was bringt den anderen in guten Zustand...Skills anbieten bzw. zur Verfügung stellen...)
- **Stabilisieren** (Normalität reinbringen, für Ruhe sorgen, angenehme Ablenkungen, Essen/Trinken)
- **Verhandlungsbereitschaft signalisieren**

Im Nachhinein

- **Beziehung aufnehmen: Versöhnungsgesten**

copyright C.Scherwath

www.verstehensorientierte-paedagogik.de

22

STOPP!

- Laut werden
- Drohungen aussprechen: (Wenn du nicht, dann....)
- Beschämen
- Macht demonstrieren
- Negative Unterstellungen (das macht sie mit Absicht...will nur manipulieren etc.)
- Überforderung
- Beziehungsabbrüche/Bindungsstrafen (Time-out, Ignorieren..)!!!!!!
- STRESS ...DRUCK....STRESS....DRUCK.....STRESS.....

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

23



Vorhersehbarkeit

Kontrolle

Transparenz

Der sichere Ort

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

24

Hilfreiche Ansätze im pädagogischen Alltag

- Sichere Orte/Rückzugsmöglichkeiten in unstrukturierten oder reizstarken Situationen
- Rituale
- Transparenz: sichtbare Ablaufpläne, klare Informationen
- Hilfe bei Strukturierung: Ordnung halten, Aufgaben erledigen
- Übergangssituationen rechtzeitig ankündigen und begleiten
- Regeln ja – aber : ohne Bedrohungscharakter
- Mitsprache und Mitbestimmung wo immer es geht

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

25

Grundlegende Stabilisierung: Ressourcenorientierung

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

26

Stabilisierende Ansätze

- Aufgaben übertragen, die das Kind selbstwertsteigernd erledigen kann
- Stärken des Kindes stärken
- Positives Feedback und Ermutigungen aussprechen (verbal: Lob, Anerkennung etc., nonverbal: Daumen hoch, nicken, zublinzeln...)
- Positive Anker und gute Erlebnisse
- Bewegung, Spiel, Kreativität

copyright C.Scherwath www.verstehensorientierte-paedagogik.de

27

Weitere Informationen zum Thema, sowie Beratung und Fortbildung:

Pädagogisch-Therapeutisches Fachzentrum (PTFZ)
 Gertigstrasse 28
 22303 Hamburg
 Tel. 040/ 650 397 18
www.paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de
www.verstehensorientierte-paedagogik.de

Ansprechperson: Corinna Scherwath

Veröffentlichungen :

- Corinna Scherwath/Sibylle Friedrich, Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung Reinhardtverlag, Erscheinungsdatum: 3.Aufl. Juli 2016
- Corinna Scherwath: Was Klaras Verhalten uns sagen kann.....Ressourcenorientierte Zugänge bei auffälligem Verhalten, Cornelsen Verlag, Erscheinungsdatum: August 2018

copyright C.Scherwath
www.verstehensorientierte-paedagogik.de

28