

# Sichere Orte für Mitarbeitende und BewohnerInnen in der stationären Jugendhilfe



# Warum sicherere Orte?

- Trauma = die größte Unsicherheit, die ein Mensch sowohl im Außen, als auch im Innen erleben kann
- Komplex traumatisierte junge Menschen in der Kinder und Jugendhilfe
- Das Nervensystem, die Psyche, stellen sich auf Unsicherheit ein
- Neuorientierung und Neuausrichtung in sicheren Orten

# Was bedeutet Sicherheit

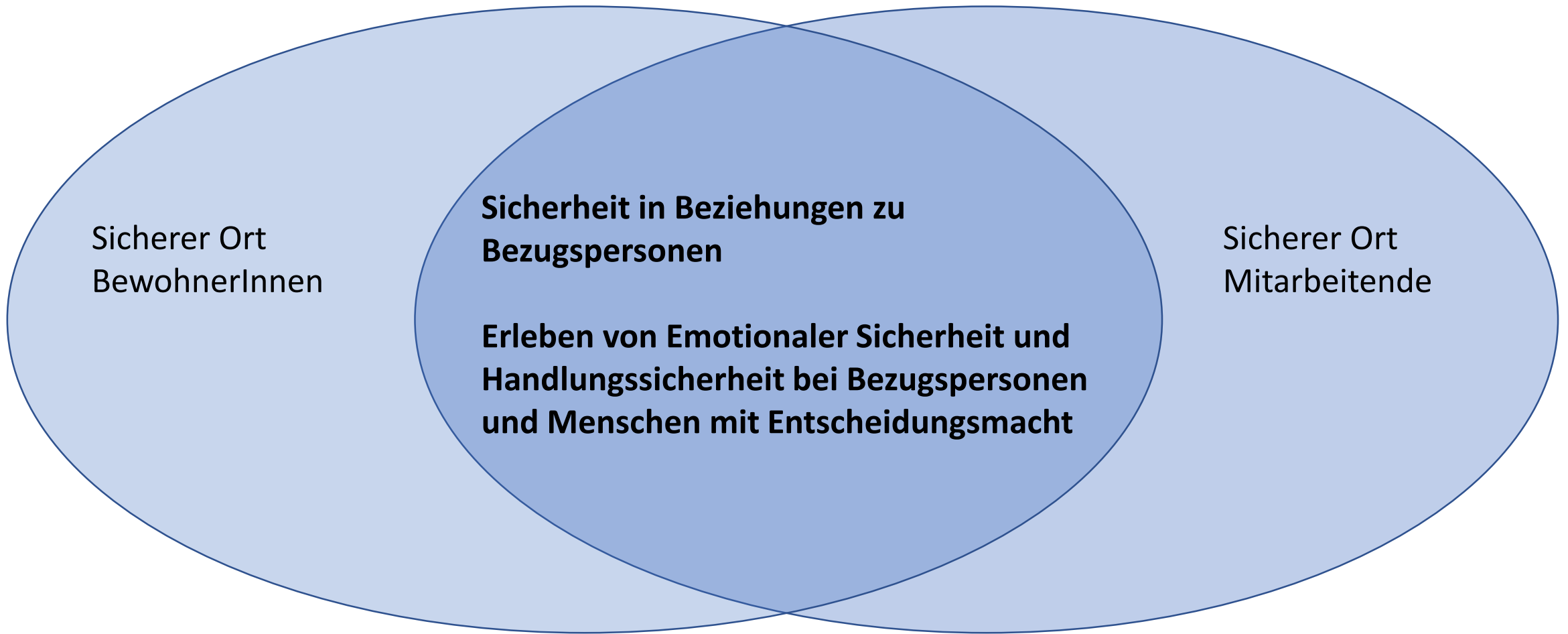
## **Sicherheit im Innen:**

- Sich verstehen – Psychoedukation – Körper- und Handlungsreaktionen(insbesondere bei Belastung und Stress) – eigene Gedanken - Verhaltensstrategien
- Erleben von Selbstwirksamkeit – Förderung wichtiger Ich-Funktionen (Affektregulation, Wahrnehmung, Empathie, ...) – Resilienzförderung – Partizipation – Freude – Expertenschaft für sich selbst
- ...

# Was bedeutet Sicherheit

## Sicherheit im Außen:

- Schutz vor körperlicher und seelischer Gewalt und Verletzung
- Einschätzbarkeit von Situationen, Menschen, Handlungen, Strukturen und Rahmenbedingungen ...
- **Sicherheit in Beziehungen zu Bezugspersonen**
- **Erleben von Emotionaler Sicherheit und Handlungssicherheit bei Bezugspersonen und Menschen mit Verantwortung Entscheidungsmacht**



Sicherer Ort  
BewohnerInnen

**Sicherheit in Beziehungen zu  
Bezugspersonen**

Sicherer Ort  
Mitarbeitende

**Erleben von Emotionaler Sicherheit und  
Handlungssicherheit bei Bezugspersonen  
und Menschen mit Entscheidungsmacht**

Die Herausforderung eine sichere Pädagogin  
ein sicherer Pädagoge eine sicher Bezugsperson für  
lebensbelastete Kinder, Jugendliche und junge  
Erwachsene zu sein



[http://www.betrifftkinder.eu/images/stories/BK/BK2016/BK1016/BK1016\\_c1.jpg](http://www.betrifftkinder.eu/images/stories/BK/BK2016/BK1016/BK1016_c1.jpg)



<http://herne.paritaetw.org/progs/kia/kg/23herne/content/e1109/e1124/e1143/foto3.png>

# Risikofaktor Übertragung und Gegenübertragung

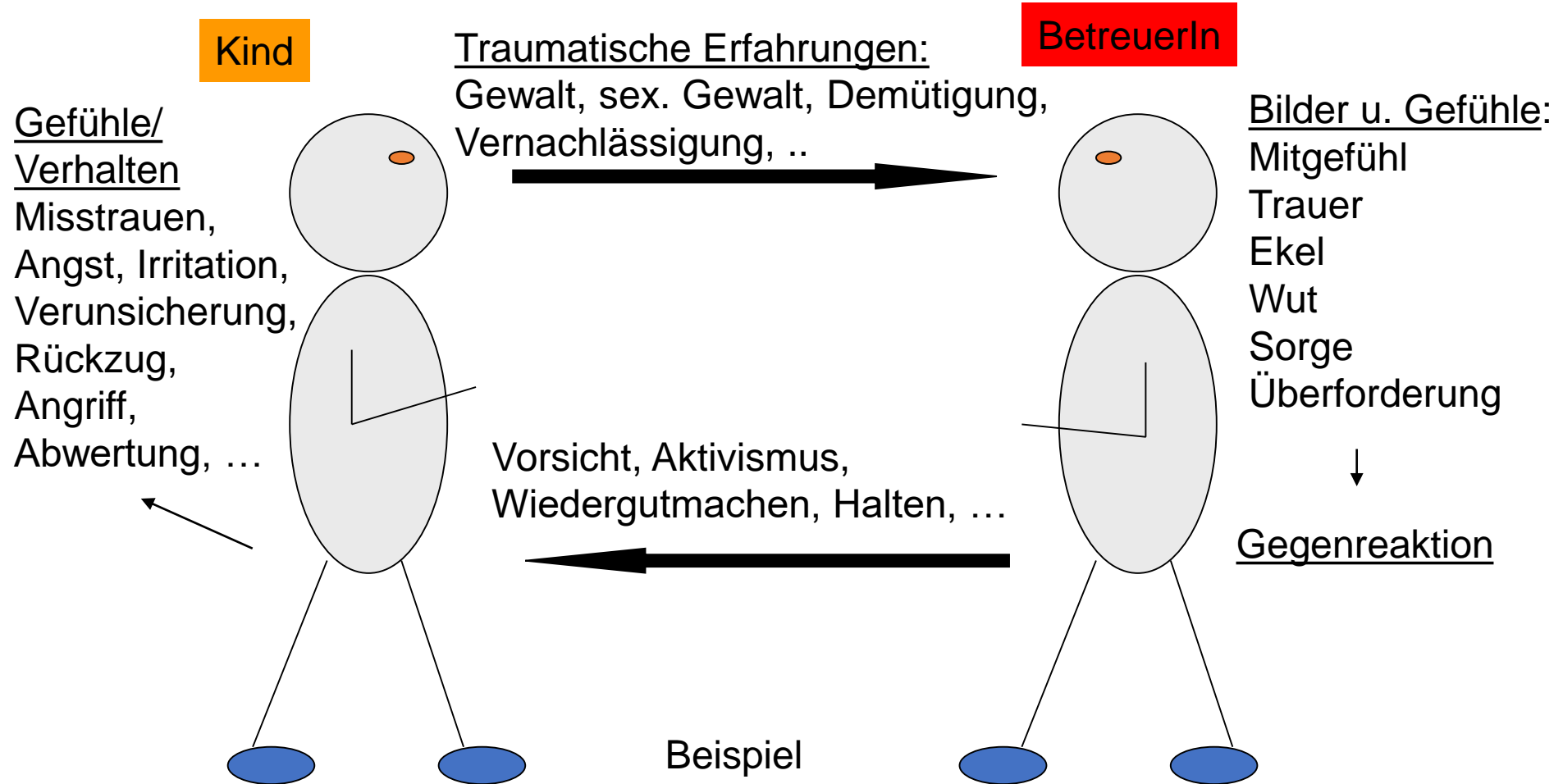
## Belastungen übertragen sich



<http://us.123rf.com/400wm/400/400/tatyanagl/tatyanagl1204/tatyanagl120400325/13084796-vater-trostet-ein-trauriges-madchen-probleme-in-der-familie.jpg>

Belastungen übertragen sich

# Empathie und Verstrickung





„Trauma ist ansteckend. Der Therapeut wird in seiner Rolle als Zeuge ... von seinen Gefühlen oft geradezu überwältigt. Etwas weniger intensiv als der Patient lebt er dessen Gefühle von Angst, Wut und Verzweiflung ebenfalls durch.“

*Judith Hermann – Narben der Gewalt*

# Sekundärtrauma

Das Anhören von traumatischen Erlebnissen oder das Mitfühlen mit Opfern traumatischer Erfahrungen kann zu ähnlichen Reaktionen wie beim direkt betroffenen Opfer selbst führen

*Dr. Samuel Pfeifer*

*Brennen ohne Auszubrennen – IGNIS 2012*

# Mögliche sekundäre Symptome

- Vegetative (körperliche) Übererregung
- Intrusion (Sich-Aufdrängen von Bildern, Gefühlen, Ängsten, Tagträumen, Albträumen etc.)
- Konstriktion (Rückzug von Beziehungen, Aktivitäten, Freuden des Lebens).

# Auswirkungen auf die Arbeit

## Hinweise:

- vermehrte Konflikte am Arbeitsplatz und/oder in anderen Beziehungen
- Krankheitsbedingte Abwesenheit,
- mangelnde Einfühlung in Klienten/ nahe Mitmenschen
- ständige Anspannung durch traumatisches Material
- schlechte Bewältigung von Stress
- ....

# Mögliche Auswirkungen

- Man fühlt sich ohnmächtig und fragt sich, was man überhaupt für die andere Person machen kann.
- Man versucht die Ohnmacht mit falschem Aktivismus zu überwinden (oft indem man die Grenzen der Betroffenen oder die eigenen nicht respektiert)
- Sinnverlust
- Verlust der inneren Zufriedenheit / Gelassenheit
- Durchgehende Hoffnungslosigkeit.
- ...

# Mögliche Auswirkungen in die Teamarbeit

- Misstrauen und Vorwürfe an andere Betreuer:
  - „Du verstehst die Bedürfnisse meines Kindes nicht.“
  - „Du schweigst Probleme tot.“
  - „Du tust nichts.“
- Allgemeine Abwertung anderer Betreuungspersonen
- Vermeiden von traumatisierten Kindern
- Verweigerung von Supervision, Zurückhalten von eigenen Reaktionen, weil man sich schämt.

# Burn Out

## **Definition**

### **Drei wesentliche Elemente:**

Emotionale Erschöpfung

Verlust des Einfühlungsvermögens

Verminderte Leistungsfähigkeit

„Burnout ist, so gesehen ein Prozess, der vom Engagement zum Überengagement und schließlich zur Überforderung führt“

Sendera/Sendera – >Trauma und Burnout in helfenden Berufen

... Erschöpfung durch Mitgefühl .....

*Freudenberger um 1970*



**...und jetzt?**



[http://www.gutundwertvoll.de/tl\\_files/malteser/content/keyvisual/und-jetzt-titel.jpg](http://www.gutundwertvoll.de/tl_files/malteser/content/keyvisual/und-jetzt-titel.jpg)

Belastungen übertragen sich



[http://www.vffl.at/download/bilder/thema\\_safteycards\\_04.jpg](http://www.vffl.at/download/bilder/thema_safteycards_04.jpg)

„Im unwahrscheinlichen Falle eines Druckabfalls“

oder

Wenn die Luft ausgeht

## Belastungen übertragen sich



[http://www.vffl.at/download/bilder/thema\\_safteycards\\_04.jpg](http://www.vffl.at/download/bilder/thema_safteycards_04.jpg)

1. Erkennen und zuordnen was passiert
2. Notfallversorgung kennen und umsetzen können
3. Mich absichern
4. Kind versorgen

# Was benötigen PädagogInnen zur Umsetzung der eigenen Versorgung?

**1. Erkennen und zuordnen was passiert** – Fachwissen Psychotraumatologie und Traumareaktionen, Übertragung, Methoden zur Annahme des „Guten Grundes“, Achtsamkeit, Körperwahrnehmung

**2. Notfallversorgung kennen und umsetzen können** – beschriebene Notfallabläufe, funktionierendes Notfallsystem, Möglichkeiten der Selbstversorgung, Unterstützungs- und Versorgungssysteme

**3. Mich absichern** – Methoden der emotionalen Selbstversorgung, Ressourcen und Rahmenbedingungen

**4. Kind versorgen** – Verstehen, Emotionalen Beistand leisten, Versorgungsmöglichkeiten kennen, Ressourcen und Rahmenbedingungen

# Teamburnout

...“Der Fokus auf die Person vernachlässigt bisher weitgehend den Blick auf das Gesamtsystem und blendete aus, dass Überlastung stets auch Symptomcharakter hat und auf aktuelle Brennpunkte von Arbeitswelt und Gesellschaft hinweist. ...“

*Jörg Fengler – Ausgebrannte Teams*

# Merkmale ausgebrannter Teams

- Chronisches Überforderungsgefühl
- Kraftlosigkeit
- Entschlusslosigkeit
- Leistungseinbußen
- Konsens ohne Folgen
- Kollektive Selbstentwertung
- Freude über Misserfolge – Sarkasmus-Stimmung
- Beschuldigungsmuster

# Merkmale ausgebrannter Teams

- Reizbarkeit im Binnenkontakt
- Subgruppen Polarisierung
- und Teamspaltung
- Feindseligkeit gegen Subsysteme
- Reflexionsverweigerung
- Demontage verfügbarer Ressourcen

# Risikofaktoren

- Zielgruppe: Kommunikationsbarrieren – ungeliebte Zielgruppe – Zwang zur Teilnahme - ...
- Team: Vorwurfshaltung – Einzelkämpfer Existenzen – Mobbing - ...
- Vorgesetzte: Durchsetzungsschwäche – Konfliktscheu – Unberechenbarkeit – Übermäßige Kontrolle – Grenzüberschreitungen – Überforderung – Unterdrückung - ...
- Institution und Gesellschaft: Unsinnige Leistungsvorgaben – Fehlende Würdigung der Teamleistung - Distanzierte Leitung und Verwaltung - ...





**„Stabilisierung und (Selbst) Fürsorge für  
pädagogische Betreuungspersonen von  
traumatisierten Kindern und Jugendlichen als  
institutioneller Auftrag“**

*B.Lang – Traumapädagogik 2009*

„Sowohl in **konzeptionellen Überlegungen**, der **fachlichen Begleitung** durch die einrichtungsinternen Fachdienste und in den **Leistungsstrukturen**, sind die extrem hohen Belastungen, denen PädagogInnen in der täglichen Betreuung von traumatisierten Kindern und Jugendlichen ausgesetzt sind zu berücksichtigen. Der Förderung und Versorgung der PädagogInnen kommt daher ein besonderer Stellenwert zu.“

*B.Lang – Traumapädagogik 2009*

Achtsamkeit und volle Aufmerksamkeit auf Belastungsanzeichen durch KollegInnen, BeraterInnen, Führungskräfte

Beachtung und Anerkennung dessen was da ist – ohne Bewertung

Risiken der Missachtung der vorhandenen Belastungen:

- Es geht ja allen so
- Hohe Belastung wird als Fachlichkeit und Kompetenz verstanden
- Selbstzweifel -Ich bin nicht gut genug, belastbar genug, fachlich genug

# Anforderungen an Leitung und Beratung von PädagogInnen

- Fachwissen Psychotraumatologie
- Wissen und Erkennen von Übertragungsphänomenen
- Beratungs- und Supervisionskompetenzen
- Versorgungsverständnis in der eigenen Rolle
- Methoden der traumapädagogischen Interaktionsanalyse und – Versorgung der Mitarbeitenden
- Traumapädagogische Haltung
- Traumapädagogische Intervention

# Zunehmender Risikofaktor für Burn Out

## Strukturelle hierarchische Gewalt

- Ungleiche Machtverhältnisse und soziale Ungerechtigkeit in einem gesellschaftlichen System
- Ist nicht offenkundig und beobachtbar und kann daher willkürlich ausgeübt werden

*Sendera/Sendera – Trauma und Burnout in helfenden Berufen*

## Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Gerechte – Auftrags orientierte Verteilung von Verantwortung und Entscheidungsmöglichkeiten (kann ich alles entscheiden, wofür ich Verantwortung trage?)
  - Bsp.: Belegung – wer wird aufgenommen? Wer trägt die Verantwortung für den Hilfeverlauf?
  - Wer ist leitend eingesetzt? Gibt es inoffizielle Leitung? Z.B. weil fachlicher, entscheidungsfreudiger, länger da, ...?

# Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Anerkennung:
  - Persönlich: echte Begegnung/Kontakt, Anteilnahme, gesehen werden
  - Fachlich: Interesse, Ressourcenorientierter Einsatz, Entwicklungsmöglichkeiten, Außenvertretung, ...
  - Strukturell: Räume, Ausstattung, Auftragsklarheit (machbar), Bezahlung, Verträge, ...

# Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Befragungen
  - Belastungserleben – Stärke – Störungsgrad
  - Anerkennungserleben – Stärke – Entsprechungsgrad zum Engagement
  - Änderungsanliegen – konkret
  - Anonymisierte Befragung durch Fragebögen zu Burn Out und Sekundärtrauma



# Daraus resultierende institutionelle Anforderungen

- Gesundheitsprävention
- Krisen- und Versorgungskonzepte – handhabbar – realitätsnah
- Regelmäßige Fortbildungsangebote
- Regelmäßige Supervision
- ...

# Belastungen übertragen sich

## *Freude auch*



<http://www.trendengel.com/wp-content/uploads/2017/02/8cd8ff264b6d7d19f29f634371f7a51a-500x282.jpeg>



[https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQhKsr3Bk\\_kwBNH4hTV34xDSKdSWpN77w7zrNvTpu9eZp0EFTkJw](https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQhKsr3Bk_kwBNH4hTV34xDSKdSWpN77w7zrNvTpu9eZp0EFTkJw)