



---

## **Fortbildung für Sozialarbeiterinnen und Erzieherinnen in palästinensischen Flüchtlingslagern zum Umgang mit traumatisierten Menschen**

### **Ziel:**

Hilfestellungen zum Verständnis von Trauma und Stress in der Arbeit mit traumatisierten Menschen. Die chronische Überforderung der Mitarbeitenden wird durch diese spezifische Fortbildung abgebaut. Die TN sind Multiplikatorinnen, eine Weitergabe ihres Wissens an KollegInnen ist Ziel der Fortbildung. Die Fortbildung ist mit den 4 Modulen geeignet, Praxis und Theorie über einen Zeitraum von 2 Jahren zu festigen und zu vertiefen. Die Gruppe kann in einem sicheren Rahmen, Konflikte und Schwierigkeiten ansprechen. Der professionelle Umgang mit Traumatisierungen wird anhand von Theorie, Übungen und Selbsterfahrung gelehrt.

*Die inhaltliche Ausgestaltung der Module kann durch die aktuelle politische und gesellschaftliche Entwicklung im Libanon und v.a. in den palästinensischen Flüchtlingslagern Veränderungen unterliegen.*

### **Fortbildungsteam:**

- Friederike Weltzien (Leitung): Heilpraktische Psychotherapeutin (HPG), Integrative Tanztherapie (FPI, DGT), Traumatherapie (Somatic Experiencing, SE), Zeuthen
- Ruth Simon-Weidner: Tanztherapie / Kreative Leibtherapie, Traumatherapie (Somatic Experiencing, SE). Esslingen
- Dr. Edward Badeen: Islamwissenschaftler, Basel
- Suzi Abou Samra (Assistentin): Musikpädagogin, Beirut

### **Inhaltliche Planung**

Der körperorientierte Ansatz ist hilfreich für unsere Kulturen übergreifende Arbeit. Unser Verständnis der Traumatherapie stützt sich auf die Erkenntnisse von Peter Levine (somatic experiencing). Im Folgenden verwenden wir Begrifflichkeiten, die von P. Levine geprägt wurden.

Die 4 Workshops orientieren sich an den 4 Grundsätzen (die vier B's der Traumatherapie) 1) Boden 2) Beziehung 3) Begegnung 4) Bewältigung

Die 4 B's gehen zurück auf den Ansatz von Gabriele Frick-Baer "Aufrichten in Würde: Methoden und Modelle leiborientierter und kreativer Traumatherapie) In der Arbeit mit Imaginationen orientieren wir uns an Luise Reddemann: " Imagination als heilsame Kraft"

Der Tagesablauf bietet eine feste Struktur: Bewegungsritual vor dem Frühstück im Garten; zwei Unterrichtseinheiten am Vormittag, Mittagspause, zwei Einheiten am Nachmittag immer im Wechsel von theoretischer und praktischer, kreativer Zugangsweise und abends „Dardaché“ mit Dr. Edward Badeen zur Einordnung aller neuen Erkenntnisse in den kulturellen Hintergrund der arabisch/palästinensischen Identität.

### **1. Modul - Boden vom 19. März bis 26. März 2022:**

- Einführung in die Traumatherapie, Definition, unsere Ausrichtung, und warum wir den kreativ-therapeutischen körperorientierten Ansatz brauchen.
- Vertraut werden miteinander; wie kann Sicherheit aufgebaut werden? Zeit der inneren Ruhe, Einführung des sicheren Ortes.



- Installieren des inneren Beobachters
- Begriffserklärungen mit Hinweis auf die neuesten Forschungserkenntnisse/ Neurobiologische Grundlagen (ANS, Erregungskurve, 3-einige Gehirn, Lebensflussmodell, Traumasog)
- Stress und Aktivierung, gesunde Reaktionen, die Zyklen von Ladung und Entladung.
- Was bedeutet Selbstregulation?
- Die Technik der Pendulation („*Es ist niemals alles schlecht!*“)

## **2. Modul – Beziehung vom 12. Nov. – 19. Nov. 2022:**

- Beziehungsnetze, heilsame Beziehungen und deren Störungen
- Bindungstheorien und Gestaltung der professionellen Beziehung
- Wie wirkt sich Traumatisierung auf das Bindungsverhalten aus?
- Theorie der menschlichen Reaktionen auf Reize (SIBAM- **Sensation** Empfinden; **Image** Impressionen, Sinneseindrücke z.B. auditiv, visuell, Geruch; **Behaviour** Verhalten; **Affects** Affekte Emotionen; **Meaning** Bedeutung)
- Erforschung der Beziehungsmuster im Kontakt und deren Ausdrucksformen.
- Reaktionen auf eine Bedrohung. Vorhandene und fehlende Orientierung und Verteidigungsmechanismen wie Flight, Freeze, Fight.
- Grenzverletzung und Wiedergewinnung von guten Grenzen.

## **3. Modul – Begegnung vom 29. Juli – 5. August 2022:**

- Entkoppelung von Angst und Immobilität
- Begegnung als Chance, zum Aufbau der Selbstermächtigung.
- Dialoge mit belastenden Gefühlen
- Vertiefung der Erregungskurve
- Die Möglichkeiten der Distanzierung wie Bildschirmtechnik, Time-Line, etc
- Stabilisierungsübungen
- Einüben von Sprache, die mit dem zentralen Nervensystem kommunizieren kann.

## **4. Modul – Bewältigung (Abschlussmodul), in Planung:**

- Theorie wie die Verarbeitung von traumatischen Erfahrungen zur Lebensbewältigung beitragen kann.
- Integration der eigenen Erfahrung



- Präsentation der persönlichen Entwicklung
- Würdigung der Ressourcen
- Copingstrategien im Alltag aber auch im politischen und gesellschaftlichen Gefüge der Sozialorganisationen und der Problematik der Existenz im Libanon.
- Abschlussfeier mit der Verleihung der Zertifikate

Am Ende der Fortbildung sollten die TN in der Lage sein, in Bezug auf eigene erlebte Traumata und deren Bewältigung hilfreiche Techniken anzuwenden.

Sie sollten sensibilisiert sein für die Symptome traumatischer Reaktionen, sie sollten sowohl im Akutfall einer Krise in der Lage sein, adäquat zu reagieren, als auch auf schon entstandene traumatische Symptome sinnvoll einzugehen. Die erlernten Fähigkeiten sollten sich in verschiedenen Arbeitsbereichen der TN anwenden lassen z.B. in der Sozialarbeit mit Kindern, Frauen, Familien, aber auch in der therapeutischen Arbeit der Psychologinnen. Sie sollten in der Lage sein, ihr erworbenes Wissen an andere Personen weiterzugeben, zu teilen.