



Kofinanziert von der
Europäischen Union

 INDEAR



INKLUSION UND VIELFALT

IN FRÜHKINDLICHER ERZIEHUNG

TOOL ZUR SELBSTEINSCHÄTZUNG
FÜR FACHKRÄFTE

TRAUMA

EINFÜHRUNG

Fluchterfahrungen, Gewalt oder Unsicherheit können tiefgreifende Auswirkungen auf Kinder und ihr soziales und emotionales Wohlbefinden haben. Pädagogische Fachkräfte sollten sich dieser Herausforderungen bewusst sein und über das nötige Wissen sowie die entsprechenden Kompetenzen verfügen. So können sie besser mit Kindern und Familien, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, umgehen und ihnen ein emotional unterstützendes Umfeld sowie ein Gefühl von Sicherheit geben.

Das folgende Tool zur Selbsteinschätzung unterstützt dich als Fachkraft dabei, deine Stärken im Umgang mit Trauma zu erkennen, und Bereiche zu identifizieren, in denen du dich weiterentwickeln möchtest. So kannst du dein eigenes Handeln reflektieren und gezielt Kompetenzen stärken, um professionell und sensibel auf unterschiedliche Bedürfnisse der Kinder im Kita- oder Schulalltag einzugehen.

Wir empfehlen das Tool zur Selbsteinschätzung Fachkräften, die mit Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren arbeiten, z. B. in Kindertageseinrichtungen oder an Grundschulen.

ANLEITUNG ZUR SELBSTEINSCHÄTZUNG

1. Schätze dich selbst ein

Bewerte 31 Aussagen auf einer Skala von 1 bis 5 (1 – stimme überhaupt nicht zu; 2 – stimme nicht zu; 3 – stimme teilweise zu; 4 – stimme zu; 5 – stimme voll und ganz zu). Das Ausfüllen dauert etwa 10 bis 15 Minuten.

2. Erfahre dein Kompetenzniveau

Finde mit einer Schritt-für-Schritt-Anleitung heraus, auf welchem Kompetenzniveau du stehst – von Anfänger/in bis Experte/Expertin.

3. Entwickle dich weiter

Erhalte hilfreiche Leseempfehlungen, gebrauchsfertige Materialien und Tipps von Expertinnen und Experten aus den Bereichen Kinderbetreuung und Sozialpädagogik.














Die Selbsteinschätzung ist anonym. Das Ergebnis ist nur für dich und die Personen sichtbar, mit denen du es teilen möchtest (z. B. deinen Teammitgliedern oder deiner Leitung). Versuche so ehrlich wie möglich zu sein, um zuverlässige Ergebnisse zu erhalten.






1.

SCHÄTZE DICH SELBST EIN

Selbsteinschätzung: Trauma		1 Stimme über- haupt nicht zu	2 Stimme nicht zu	3 Stimme teilweise zu	4 Stimme zu	5 Stimme voll und ganz zu
♥	Ich kann die unterschiedlichen Reaktionen von Kindern, die an einem Trauma leiden, respektieren, wie z. B. Bedürfnis nach Rückzug oder Konzentrationsprobleme, und einen wertfreien Ansatz verfolgen.					
🔍	Ich kann erklären, was ein Trauma ist und verschiedene Arten von Trauma voneinander unterscheiden.					
💬	Ich kann die Stärken von traumatisierten Kindern wie z. B. persönliche Fähigkeiten erkennen und diese nutzen, um ihnen bei der Bewältigung ihrer Herausforderungen zu helfen.					
🛡️	In Situationen, in denen beispielsweise ein Kind durch aggressives Verhalten eine Gefahr für sich selbst oder andere darstellt, kann ich schnell und adäquat handeln.					
♥	Ich kann die verschiedenen Bewältigungsstrategien von Familien in schwierigen Situationen erkennen und respektieren.					
🔍	Ich kann Auslöser und typische Symptome von Trauma erklären und die Verhaltensmuster traumatisierter Kinder grob einordnen.					
♥	Ich kann meine eigenen Emotionen im Umgang mit traumatisierten Kindern steuern, um eigene Grenzen zu wahren.					
🔍	Ich kann erklären, wie sich erzwungene Migration, z. B. durch Krieg oder Naturkatastrophen, auf das psychosoziale Wohlbefinden von Kindern auswirken kann.					
💬	Ich kann meine eigenen Gefühle und Bedürfnisse klar mit anderen gegenüber äußern (z.B. gegenüber meiner Familie oder Teammitgliedern).					
🔍	Ich kann erkennen was Kindern im Umgang mit ihren Gefühlen hilft, z.B. ein strukturierter Tagesablauf oder gezielte Atemübungen.					

Selbsteinschätzung: Trauma		1 Stimme über- haupt nicht zu	2 Stimme nicht zu	3 Stimme teilweise zu	4 Stimme zu	5 Stimme voll und ganz zu
	Ich kann lokale Institutionen und Kooperationspartner unterstützen, die Kindern nach traumatischen Erlebnissen unterstützen und deren Resilienz fördern.					
	Ich kann nonverbale Signale erkennen und auf Bedürfnisse des Kindes eingehen, z.B. indem ich Nähe oder Körperkontakt anbiete oder Distanz wahre.					
	Ich kann herausfinden, welche Hilfsangebote es für von Trauma betroffene Menschen im lokalen Umfeld gibt.					
	Ich kann für mein eigenes Wohlbefinden sorgen, z. B. durch regelmäßige Bewegung oder Ausübung von Hobbys.					
	Ich kann mit Fachkräften, Teammitgliedern und Familien zusammenarbeiten, um traumatisierte Kindern zu unterstützen.					
	Ich kann traumabedingte Verhaltensweisen erkennen und dokumentieren.					
	Ich kann bei Bedarf nach angemessener Unterstützung und Intervention suchen, wenn ich mich mit einer Situation überfordert fühle und professionelle Hilfe benötige.					
	Ich kann einen sicheren Raum für vertrauliche Gespräche schaffen, in dem Kinder und ihre Familien ihre Sorgen äußern können, um Vertrauen aufzubauen.					
	Ich kann zusätzliche Informationen sammeln, z. B. durch Online-Recherche oder Fachliteratur, um mein Wissen und meine Fähigkeiten im Umgang mit traumatisierten Kindern und Familien zu verbessern.					
	Ich kann ruhig und achtsam bleiben, besonders in stressigen Momenten, z. B. wenn ein Kind einen Gefühlsausbruch hat.					
	Ich kann die Meinungen und Ideen von Kindern und Familien in Krisensituationen wertschätzen, indem ich ihnen offene Fragen stelle und sie ermutige, Lösungen vorzuschlagen.					

Selbsteinschätzung: Trauma		1 Stimme über- haupt nicht zu	2 Stimme nicht zu	3 Stimme teilweise zu	4 Stimme zu	5 Stimme voll und ganz zu
	Ich kann Informationen über die Familiengeschichte oder aktuelle Probleme einbeziehen, um die richtige Unterstützung und Beratung anzubieten.					
	Ich kann auf das Wohlbefinden meiner Teammitglieder achten, indem ich erkenne, ob sich jemand überfordert fühlt und bei Bedarf Unterstützung anbieten.					
	Ich kann meine eigenen Gefühle und Bedürfnisse den Kindern gegenüber offen ansprechen, um eine stärkere Verbindung zu ihnen aufzubauen.					
	Ich kann flexibel bleiben und mich an unerwartete gesellschaftliche Veränderungen anpassen, z. B. wenn neue Kinder in meine Einrichtung/Schule kommen, die aufgrund von Krieg ihre Heimat verlassen mussten.					
	Ich kann Aktivitäten durchführen, die Kindern helfen, ihre Widerstandskraft und ihre Fähigkeit zur Bewältigung schwieriger Situationen zu stärken, z. B. Achtsamkeits- oder Atemübungen.					
	Ich kann erkennen, wenn mein Fachwissen oder meine Kompetenzen nicht ausreichen, um mit bestimmten Situationen umzugehen und weiß, wann ein Kind zusätzliche Unterstützung z.B. von psychologischen Fachkräften braucht.					
	Ich kann aktives Zuhören anwenden, um die Sorgen und Bedürfnisse von Familien in Krisen und traumatisierten Kindern zu verstehen, indem ich z. B. Blickkontakt halte, Fragen stelle und ihre Aussagen mit eigenen Worten wiederhole.					
	Ich kann herausfordernde Situationen als Gelegenheit nutzen, um Beziehungen zu verbessern, z. B. indem ich ruhig auf ein zurückgezogenes Kind zugehe und ihm Unterstützung anbiete.					
	Ich kann verschiedene Strategien beschreiben, die Kindern helfen, ihre eigenen Stärken zu erkennen und ihre Selbstständigkeit zu fördern, wie z. B. positive Verstärkung.					
	Ich kann eine gesunde Work-Life-Balance wahren, indem ich z. B. vermeide, zu Hause zu arbeiten.					
	Ich kann erklären, wie die Arbeit mit traumatisierten Kindern und Familien Fachkräfte beeinflussen kann, z. B. durch erhöhten Stress oder Schlafstörungen.					
	Ich kann mich für notwendige Ressourcen und passende Unterstützung einsetzen, indem ich die Bedürfnisse der Kinder klar und wirkungsvoll mit Teammitgliedern und Familien kommuniziere.					
	Ich kann verschiedene Faktoren identifizieren und unterscheiden, z. B. soziale oder finanzielle Hintergründe, die zu einer Krise in der Familie beitragen können.					

Selbsteinschätzung: Trauma		1 Stimme über- haupt nicht zu	2 Stimme nicht zu	3 Stimme teilweise zu	4 Stimme zu	5 Stimme voll und ganz zu
	Ich kann eine Umgebung gestalten, in der sich alle Kinder sicher und unterstützt fühlen, z.B. durch einen ruhigen Rückzugsraum oder sensorische Hilfsmittel.					
	Ich kann mich sensibel auf die Bedürfnisse traumatisierter Kinder einstellen, z. B. indem ich sie nicht zu Aktivitäten dränge.					
	Ich kann meine eigenen Gefühle und Bedürfnisse im Arbeitsalltag wahrnehmen, z.B. falls mich bestimmte Aufgaben überfordern.					
	Ich kann typische Anzeichen und Auswirkungen familiärer Krisen erkennen und benennen.					
	Ich kann auf Fragen von Kindern zu Krieg oder Flucht kindgerecht reagieren, z. B. mit einfachen Worten und passenden Beispielen.					

Gut gemacht!

Du hast das Ende des Fragebogens erreicht! Jetzt geht es weiter mit dem nächsten Schritt: der Auswertung der Ergebnisse.

2.

ERFAHRE DEIN KOMPETENZNIVEAU

Schritt für Schritt zu deinen Ergebnissen!



SCHRITT 1: DEINE PUNKTZAHL BERECHNEN

Zähle zunächst die Gesamtzahl der Punkte wie folgt:

- Stimme überhaupt nicht zu = 1 Punkt
- Stimme nicht zu = 2 Punkte
- Weder zustimmen noch ablehnen = 3 Punkte
- Stimme zu = 4 Punkte
- Stimme voll und ganz zu = 5 Punkte

Die maximale
Punktzahl beträgt
195

**PUNKTZAHL
GESAMT**

Die maximale Punktzahl beträgt 195.

SCHRITT 2: DEIN KOMPETENZNIVEAU ERMITTELN

Jetzt ist es an der Zeit, dein Kompetenzniveau im Bereich Trauma zu erfahren. Anhand deiner Gesamtpunktzahl kannst du in der folgenden Tabelle ablesen, ob du Anfänger/in, Fortgeschrittene/r Anfänger/in, Kompetente/r Akteur/in, ein Gewandte/r Professionelle/r oder sogar ein Experte/Expertin bist:

Kompetenzniveau	Punkte
Anfänger/in	39 – 56
Fortgeschrittene/r Anfänger/in	57 – 95
Kompetente/r Akteur/in	96 – 134
Gewandte/r Professionelle/r	135 – 173
Experte/Expertin	174 – 195

KOMPETENZNIVEAU

SCHRITT 3: DEIN KOMPETENZNIVEAU VERSTEHEN

Was bedeutet es für eine Fachkraft in der Kindererziehung, beim Thema Trauma Anfänger/in oder Experte/Expertin zu sein? Die folgende Tabelle hilft dir dabei zu erkennen, welche Kenntnisse, Fähigkeiten und Haltungen jeweils damit verbunden sind.

Kompetenz-niveau	Erläuterung
Anfänger/in	Du hast bisher nur ein grundlegendes Bewusstsein dafür, wie sich Trauma auf Kinder und ihr soziales sowie emotionales Wohlbefinden auswirken kann. Meist nimmst du sichtbare Anzeichen von Stress oder Veränderungen im Verhalten wahr, aber dir fehlt noch ein tieferes Verständnis für die Ursachen. Du hältst dich bei Problemen meist an die üblichen Abläufe, brauchst aber noch mehr Sicherheit im Umgang mit traumatisierten Kindern. Dein Wissen über Familien in Krisen ist begrenzt, was es schwierig macht, alle Familienmitglieder gezielt zu unterstützen. Es kann dir schwerfallen, in der Arbeit mit traumatisierten Kindern und Familien objektiv zu bleiben und professionelle Grenzen klar zu wahren.
Fortgeschrittene/r Anfänger/in	Du hast ein grundlegendes Verständnis davon, was ein Trauma ist und kannst einige Auswirkungen auf das soziale und emotionale Wohlbefinden von Kindern erkennen. Häufige Ursachen und Symptome eines Traumas bei Kindern kannst du benennen – es fällt dir aber noch schwer, sie in der Praxis sicher zu erkennen. Du kennst typische Reaktionen und erworbene Strategien, die durch Krisen bedingt werden. Es fällt dir aber noch schwer dich auf die individuellen Bedürfnisse und Dynamiken der einzelnen Familien anzupassen. Du kannst Familien bei der Lösung von Problemen unterstützen, beziehst sie aber möglicherweise noch nicht aktiv genug in diesen Prozess mit ein. Du baust Vertrauen zu Kindern und Familien auf, hast jedoch manchmal noch Schwierigkeiten, dabei professionelle Grenzen klar zu wahren.
Kompetente/r Akteur/in	Du hast ein gutes Verständnis von Trauma und seinen vielfältigen Auswirkungen auf das Wohlbefinden von Kindern. Du kannst eine breite Palette an Ursachen, Symptomen und Verhaltensweisen erkennen, die mit traumatischen Erfahrungen bei Kindern zusammenhängen und weißt, wie du ihnen helfen kannst, Vertrauen und ein Gefühl von Sicherheit aufzubauen. In herausfordernden oder neuen Situationen fällt es dir manchmal noch schwer, dein Handeln individuell anzupassen. Du kannst Familien in Krisensituationen unterstützen und gehst dabei respektvoll mit ihrer individuellen Familiendynamik um. Einige Familienmitglieder beziehst du aktiv in den Problemlösungsprozess mit ein. Dir gelingt es, vertrauensvolle und einfühlsame Beziehungen zu traumatisierten Kindern und ihren Familien aufzubauen und dabei in den meisten Fällen auch professionelle Grenzen einzuhalten.
Gewandte/r Professionelle/	Du hast ein umfassendes Verständnis von Trauma und seinen komplexen Auswirkungen auf die Entwicklung von Kindern. Du kannst subtile Anzeichen von Trauma schnell erkennen und zwischen verschiedenen Arten von traumatischen Erfahrungen unterscheiden, wie zum Beispiel Zwangsvertreibung oder häusliche Gewalt. Dadurch bist du in der Lage, hochwirksame und individuell zugeschnittene Ansätze zur Unterstützung der unterschiedlichen Bedürfnisse traumatisierter Kinder umzusetzen. Du unterstützt Familien in Krisensituationen und beziehst alle Familienmitglieder aktiv in den Problemlösungsprozess ein. Darüber hinaus pflegst du enge, vertrauensvolle und einfühlsame Beziehungen zu Kindern und Familien, während du klare berufliche Grenzen wahrst. Du kümmerst dich aktiv um dein eigenes Wohlbefinden, um in der Lage zu sein, anderen weiterhin Unterstützung zu bieten.

Experte/Expertin

Du bist Experte/Expertin in der Arbeit mit Kindern, die ein Trauma erlebt haben. Du hast ein umfassendes Verständnis von Traumata in der Kindheit und deren langfristigen Auswirkungen auf den Einzelnen. Du kannst sichtbare und unsichtbare Anzeichen für traumatische Erlebnisse bei Kindern erkennen und entwickelst individuelle, traumainformierte Betreuungsansätze, die den komplexen Bedürfnissen der Kinder gerecht werden. Du zeichnest dich dadurch aus, dass du dich in Krisensituationen in komplexen Familiendynamiken zurechtfindest und als wertvolle Ressource für schwierige Fälle dienst. Darüber hinaus bist du in der Lage, andere bei ihrer Arbeit zu unterstützen und zu begleiten, um qualitativ hochwertige Ergebnisse zu erzielen. Du kannst deine Teammitglieder aktiv darin schulen, ihr geistiges und emotionales Wohlbefinden unter schwierigen Bedingungen aufrechtzuerhalten. Du baust vertrauensvolle und einfühlsame Beziehungen auf und schaffst es, dein Berufs- und Privatleben in Einklang zu bringen, ohne dich von arbeitsbezogenen Situationen persönlich beeinträchtigen zu lassen. Selbstfürsorge ist Teil deiner täglichen Routine und du ermutigst andere, es dir gleichzutun.

SCHRITT 4: KOMPETENZNIVEAU IN VIER BEREICHEN ERMITTELN UND VERSTEHEN

Gehe zunächst zurück zu den Aussagen und achte auf die Symbole neben jeder von ihnen: ♥ für personale Kompetenz, 🎲 für Aktivitäts- und Handlungskompetenz, 💬 für sozial-kommunikative Kompetenz und 🔍 für Fach- und Methodenkompetenz. Zähle nun die Punkte für jede Kategorie, indem du die Punktzahlen der Aussagen mit dem gleichen Symbol zusammenrechnest. So erhältst du eine Gesamtzahl für jede der vier Kompetenzen.

Kompetenzniveau	♥	🎲	💬	🔍
Anfänger/in	11 – 15	5 – 7	11 – 15	12 – 17
Fortgeschrittene/r Anfänger/in	16 – 26	8 – 12	16 – 26	18 – 29
Kompetente/r Akteur/in	27 – 37	13 – 17	27 – 37	30 – 41
Gewandte/r Professionelle/r	38 – 48	18 – 22	38 – 48	42 – 53
Experte/Expertin	49 – 55	23 – 25	49 – 55	54 – 60
PUNKTZAHL:	♥ _____	🎲 _____	💬 _____	🔍 _____

In der folgenden Tabelle wird erklärt, inwiefern die verschiedenen Bereiche in Bezug auf Trauma in der Kinderbetreuung wichtig sind:

Kompetenz -bereich	Erläuterung
♥	Personale Kompetenz bezieht sich auf die Fähigkeit, sich selbst zu reflektieren, Kritik anzunehmen und auf der Grundlage eigener Werte, Einstellungen und Ideale zu handeln. Sie beinhaltet Selbsterkenntnis, ethische Überlegungen und die Fähigkeit zum persönlichen Wachstum. Im Kontext von Trauma bedeutet dies, die individuellen Unterschiede in der Reaktion auf Trauma zu respektieren, die eigenen Emotionen zu reflektieren und zu bewältigen, ein gesundes Gleichgewicht zwischen Beruf und Privatleben zu wahren und anderen zu helfen, bei Bedarf Unterstützung zu suchen. Es bedeutet auch, offen für unerwartete soziale Veränderungen zu sein und bereit zu sein, das eigene Wissen zu erweitern, um erfolgreich mit Kindern und Familien in Krisensituationen umzugehen.
🧩	Aktivitäts- und Handlungskompetenz bezieht sich auf die Fähigkeit, berufsspezifische Aufgaben unter Anwendung von Fachkenntnissen und praktischen Fertigkeiten effektiv zu erfüllen. Sie umfasst das erforderliche Fachwissen in einem bestimmten Bereich sowie die Fähigkeit, dieses theoretische Wissen in der Praxis anzuwenden. Für Fachkräfte in der Kindererziehung bedeutet dies, ein unterstützendes und sicheres Umfeld für Kinder zu schaffen, in dem sie sich geborgen fühlen. Es geht darum, herausfordernde Situationen als Chancen zur Entwicklung zu begreifen, ruhig und besonnen zu bleiben, wenn schwierige Situationen auftreten, und in Notfällen schnell und kompetent zu reagieren. Diese Kompetenz schließt auch die Unterstützung von Initiativen ein, die darauf abzielen, die Stärke und Widerstandsfähigkeit von Kindern, die von Trauma betroffen sind, aufzubauen.
💬	Sozial-kommunikative Kompetenz umfasst die Fähigkeit, effektiv mit anderen zu interagieren, klar zu kommunizieren und kreativ zu kooperieren. Dazu gehören Fähigkeiten wie Teamarbeit, Empathie und Konfliktlösung. Für Fachkräfte in der Kindererziehung bedeutet dies, dass sie in der Lage sind, effektiv mit Kindern und Familien zu kommunizieren und vertrauliche Gespräche zu führen, in denen alle ihre Emotionen und Sorgen offen äußern können. Sie müssen aktiv zuhören, auf die Sorgen und Bedürfnisse der Kinder eingehen und die Kommunikation entsprechend anpassen. Zudem erfordert es die Fähigkeit zur Zusammenarbeit mit anderen Fachkräften, um einen ganzheitlichen Ansatz für Familien in Krisensituationen oder für Kinder, die ein Trauma erlebt haben, zu entwickeln.
🔍	Fach- und Methodenkompetenz umfasst die Fähigkeit, methodisches und technisches Wissen zur Lösung komplexer Probleme anzuwenden. Sie beinhaltet analytisches Denken, organisatorische Fähigkeiten sowie die Fähigkeit, Wissen effektiv mit anderen zu teilen. Im Kontext der Kindererziehung bezieht sie sich auf das tiefgehende Verständnis des Konzepts des Traumas und dessen Auswirkungen auf Kinder. Dazu gehört auch das Wissen über verschiedene Strategien oder Methoden, die die Selbstbestimmung von Kindern fördern können. Zudem umfasst sie das Verständnis für Familien in Krisensituationen und die Fähigkeit, die Familiengeschichte zu analysieren, um passgenaue und angemessene Unterstützung anzubieten. Fach- und Methodenkompetenz ermöglicht es Fachkräften, auf Grundlage dieses Wissens komplexe Situationen zu erkennen und mit entsprechenden Maßnahmen zu handeln.

SCHRITT 5: DEIN KOMPETENZPROFIL ERSTELLEN

Folge den nachstehenden Schritten, um dein eigenes Diagramm zu erstellen, das dein Kompetenzprofil zum Thema Trauma veranschaulicht.

Wähle einen der vier Bereiche aus:

Personale Kompetenz

Sozial-kommunikative Kompetenz

Fach- und Methodenkompetenz

Aktivitäts- und Handlungskompetenz

Prüfe dein Niveau: Gehe zurück zu Schritt 4 und schau, welches Kompetenzniveau du in diesem Bereich hast (Anfänger bis Experte).

Finde und markiere deine Zahl im Diagramm:
Finde die Zahl, die deinem Kompetenzniveau entspricht:

Wiederholen Sie die Schritte für jeden Bereich.
Verbinde die Punkte.

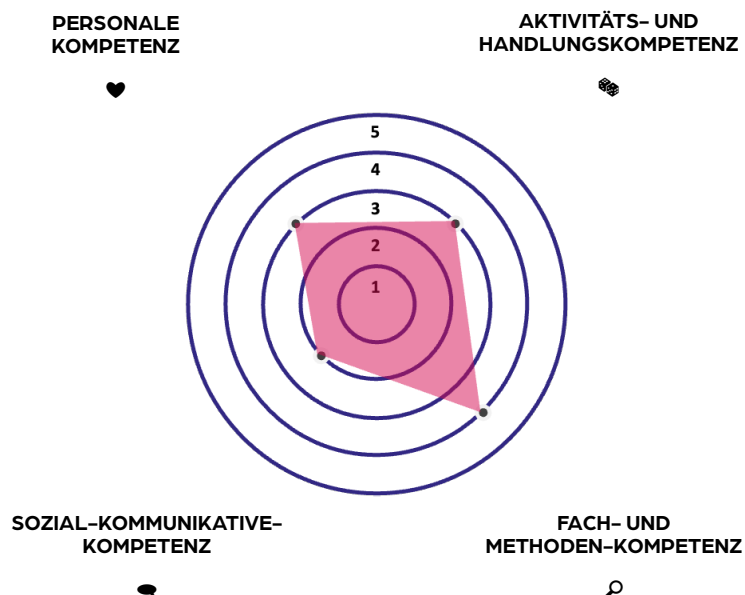
BEISPIEL

♥ = 3

🎲 = 2

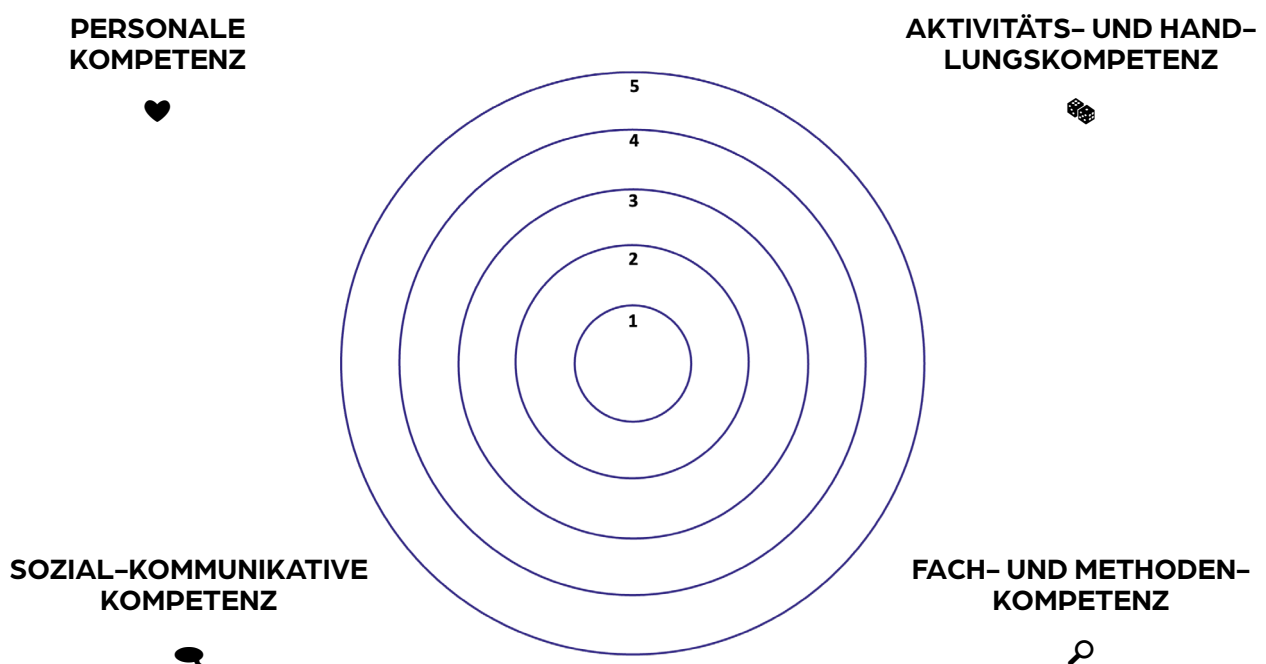
💬 = 2

🔍 = 4



Indikator	Kompetenzniveau
1	Anfänger/in
2	Fortgeschrittene/r Anfänger/in
3	Kompetente/r Akteur/in
4	Gewandte/r Professionelle/r
5	Experte/Expertin

Erstelle dein Kompetenzprofil!



Indikator	Kompetenzniveau
1	Anfänger/in
2	Fortgeschrittene/r Anfänger/in
3	Kompetente/r Akteur/in
4	Gewandte/r Professionelle/r
5	Experte/Expertin

3.

ENTWICKLE DICH WEITER

Mit deinem Kompetenzprofil in der Hand hast du die Möglichkeit, gezielt an den Bereichen zu arbeiten, die du weiter stärken möchtest. Auf den folgenden Seiten findest du wertvolle Ressourcen, die dir dabei helfen werden, deine Kompetenzen noch weiter auszubauen und dich in deiner Arbeit zu entfalten:



Bücher/Handbücher/Artikel

Diese Materialien bieten dir theoretische Informationen und wissenschaftliche Erkenntnisse, die dir ein tieferes Verständnis des Themas vermitteln können. Sie enthalten unter anderem Leitlinien oder andere relevante Fachartikel.



Gebrauchsfertige Materialien

Hier findest du praktische Werkzeuge, die du direkt in deinem Arbeitsalltag einsetzen kannst. Dazu gehören Arbeitsblätter, digitale Tools, Videos und andere praktische Materialien.



Tipps und Tricks

Unsere Experten aus verschiedenen Bereichen bieten dir wertvolle Ratschläge und konkrete Vorschläge, wie du deine Kompetenzen gezielt verbessern kannst. Diese Tipps können dir helfen, neue Perspektiven einzunehmen und deine Fähigkeiten in der Arbeit mit Kindern und Familien weiter auszubauen.

ANFÄNGER/IN

Bücher/Handbücher/Artikel

- Childhood Education International (o.D.) Impact of trauma. Verfügbar unter: <https://ceinternational1892.org/courses/impact-of-trauma/> (Zugriff: 17. Januar 2025)
Ein Online-Selbstlernkurs für Fachkräfte der frühkindlichen Bildung zur Vermittlung der Auswirkungen von Trauma auf Kinder im Alter von 0 bis 8 Jahren und ihre Familien (vgl. Childhood Education International, o. D.).
- International Partnerships (o.D.) Forced displacement. Verfügbar unter: https://international-partnerships.ec.europa.eu/policies/migration-and-forced-displacement/forced-displacement_en
Überblick über Ursachen, Definitionen und globale Politik zur Zwangsvertreibung sowie EU-Initiativen zur Unterstützung Betroffener (vgl. Internationale Partnerschaften, o. D.).
- Park, E. (2012) Surviving A Family Crisis. In Nelson, P.T. (Hrsg.) Families Matter! A Newsletter Series for Parents of School-Age Youth. Newark, DE: Cooperative Extension, University of Delaware. Verfügbar unter: <https://www.udel.edu/canr/cooperative-extension/fact-sheets/surviving-family-crisis/> (Zugriff am 16. Januar 2025).
Kurzer Artikel, der verschiedene Arten von Familienkrisen und deren Auswirkungen beschreibt. Er bietet Bewältigungsstrategien mit Fokus auf Kommunikation, Wohlbefinden der Kinder und Stressmanagement (vgl. Park, 2012).
- Price, J. (2023) 15 Types of Family Crisis. Philanth For Cat Log. Verfügbar unter: <https://www.catalogue-forphilanthropy.org/15-types-of-family-crisis/> (Zugriff: 28. Januar 2025).
Der Artikel skizziert fünfzehn familiäre Herausforderungen, wie finanzielle Not, Gewalt oder Sucht, und beschreibt ihre Auswirkungen auf die Familiendynamik sowie Strategien für den Umgang damit (vgl. Price, 2023).
- Wicker, K. (2025) Frühkindliches Trauma: Wenn die Kindheit Narben trägt. Verfügbar unter: <https://www.wicker.de/magazin/fruehkindliches-trauma/> (Zugriff am 30. August 2025).
Deutscher Fachartikel über die Entstehung, Symptome und langanhaltenden Folgen frühkindlicher Traumata sowie Therapieansätze zur Unterstützung betroffener Kinder (vgl. Wicker, 2025).

Gebrauchsfertige Materialien

- American Academy of Pediatrics (2024) Trauma Resources for Families. Verfügbar unter: <https://www.aap.org/en/patient-care/national-center-for-relational-health-and-trauma-informed-care/resources-for-families/?srsltid=AfmBOop-bcejUjHFCBclgFkhiqekOcETOPLx4DXntOtLJhQlg8-zCs27> (Zugriff: 4. Februar 2025).
Zwei Infografiken zur Kommunikation und Unterstützung von Kindern, die Traumata erlebt haben (vgl. American Academy of Pediatrics, 2024).
- BAfF – Bundesweite Arbeitsgemeinschaft der Psychosozialen Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer e.V. (2018) Traumasensibler und empowernder Umgang mit Geflüchteten. Verfügbar unter: https://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2018/11/BAfF_Praxisleitfaden-Traumasensibler-Umgang-mit-Gefluechteten_2018.pdf (Zugriff am 1. September 2025).
Dieser Praxisleitfaden richtet sich an Fachkräfte und Ehrenamtliche, die mit traumatisierten Geflüchteten arbeiten. Er gibt praktische Hinweise zum traumasensiblen Umgang und zur Stärkung der Betroffenen sowie zur Selbstfürsorge der Helfer*innen (vgl. BAfF, 2018).
- Radlauer-Doerfler, J. & VanDenBerg, J.E. (2020) A Practical Guide to Self-Care for Helping Professionals. Verfügbar unter: https://www.cmhnetwork.org/wp-content/uploads/2020/07/New_Practical-Guide-to-Self-Care-for-Wraparound-Professionals-1.pdf
Praktischer Leitfaden zur Selbstfürsorge für Fachkräfte im Trauma-Bereich mit Fokus auf Burnout-Prävention und emotionaler Resilienz (vgl. Radlauer-Doerfler & VanDenBerg, 2020).

- Seid, A. (o.D.) Introduction to Nonviolent Communication. Verfügbar unter: <https://cascadiaworkshops.com/wp-content/uploads/2016/09/INTRO-BCS-NVC-HANDOUT-PACKET.pdf> (Zugriff: 09. Januar 2025)
Handout zur gewaltfreien Kommunikation als Basis für vertrauensvolle und empathische Beziehungen (vgl. Seid, o.D.).

Tipps & Tricks

- ✓ **Bildung ist der Schlüssel.** Traumata in der Kindheit sind leider keine Seltenheit, und als Fachkraft in der Kindererziehung wirst du wahrscheinlich irgendwann damit konfrontiert. Deswegen ist es sehr wichtig, dass du dich ständig weiterbildest – sei es durch Lesen, Schulungen oder einfach durch den Austausch mit deinen Teammitgliedern. So kannst du die Komplexität von Trauma besser verstehen und eine mitfühlende, offene Haltung entwickeln.
- ✓ **Kenne die Geschichten der Kinder.** Jeder bringt seine eigene Geschichte mit – das gilt auch für die Kinder, mit denen du arbeitest. Sprich mit den Eltern und den Kindern selbst, um herauszufinden, was sie durchgemacht haben. Je mehr du über ihre Lebensgeschichte weißt, desto besser kannst du auf ihre Bedürfnisse eingehen.
- ✓ **Unvoreingenommen und offen sein.** Gehe immer unvoreingenommen auf Familien zu. Vermeide es, sofort Annahmen über ihre Erfahrungen oder Verhaltensweisen zu treffen. Höre ihnen zu, lasse ihre Gefühle zu und zeige viel Empathie. Wenn du auf Augenhöhe kommunizierst, schaffst du eine vertrauensvolle Basis – das ist der Schlüssel, um wirklich helfen zu können.
- ✓ **Verstehe die Familiendynamik.** Jede Familie ist anders und vor allem in stressigen oder traumatischen Situationen können die Dynamiken kompliziert sein. Wenn du die Struktur und Funktionsweise von Familien im Kontext von Stress und Trauma verstehst, kannst du viel gezielter und empathischer unterstützen.
- ✓ **Stelle einfache Fragen.** Manchmal ist weniger mehr! Anstatt komplizierte Fragen zu stellen wie „Können Sie die verschiedenen Phasen beschreiben, die zu dieser Situation geführt haben?“, frage einfach: „Was ist zuerst passiert?“ oder „Wann hat das angefangen?“ – so kommt man schneller ans Ziel und es wird für alle klarer.
- ✓ **Nutze strukturierte Hilfsmittel.** Halte dich an bewährte Protokolle und setze strukturierte Werkzeuge, wie Vorlagen für Familienkrisen ein. Das hilft dir alle wichtigen Informationen zu sammeln und nichts Wichtiges zu übersehen. So behältst du immer den Überblick.
- ✓ **Hol dir regelmäßige Unterstützung.** Wenn du nicht weiterweißt, hol dir Rat bei deinen Vorgesetzten oder erfahrenen Teammitgliedern. Der Austausch hilft nicht nur deine eigene Unsicherheit zu überwinden, sondern stärkt auch dein Selbstvertrauen und bringt dich weiter.
- ✓ **Lerne mehr über gewaltfreie Kommunikation.** Beschäftige dich mit dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation und wende dieses im pädagogischen Alltag an.
- ✓ **Kümmere dich um dich.** Du kannst nur dann für andere da sein, wenn du auch gut für dich selbst sorgst. Recherchiere über Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge und nimm an Workshops zum Thema Trauma an. So bleibst du nicht nur im Job fit, sondern sorgst auch dafür, dass du langfristig stark bleibst.

FORTGESCHRITTENE/R ANFÄNGER/IN

Bücher/Handbücher/Artikel

- Better Health Channel (2022) Trauma and Families. Verfügbar unter: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/trauma-and-families> (Zugriff: 28. Januar 2025).
Informationsblatt über emotionale und körperliche Reaktionen von Familien nach traumatischen Ereignissen und Ratschläge zur gegenseitigen Unterstützung sowie zum Zeitpunkt professioneller Hilfe (vgl. Better Health Channel, 2022).
- CEU Outlet (2024) Family and Crisis Intervention: Essential Strategies for Social Workers and Mental Health Professionals. Verfügbar unter: <https://www.ceuoutlet.com/blog/family-and-crisis-intervention-essential-strategies-for-social-workers-and-mental-health-professionals> (Zugriff: 5. Februar 2025)
Der Artikel bietet Strategien für Sozialarbeiter und Fachkräfte der psychischen Gesundheit zur Unterstützung von Familien in Krisensituationen, mit Einschluss traumainformierter Methoden (vgl. CEU Outlet, 2024).
- Childhood Education International (o.D.) Introduction to Trauma-Informed Practices. Verfügbar unter: <https://ceinternational1892.org/courses/introduction-to-trauma-informed-practices/> (Zugriff: 17. Januar 2025)
Ein Online-Kurs für Fachkräfte der frühkindlichen Bildung mit Grundlagenwissen zu Trauma und traumainformierten Praktiken (vgl. Childhood Education International, o. D.).
- Hessing Stiftung (2023) Trauma bei Geflüchteten: Belastungen und Unterstützungsangebote. Verfügbar unter: <https://www.hessing-kliniken.de/mehr-bewegen/ausgabe-2024-2025/fruehkindliche-trauma-verarbeitung-im-hessing-foerderzentrum/> (Zugriff am 1. September 2025).
Diese deutsche Quelle beleuchtet Traumafolgen, welche durch Krieg, Flucht und erzwungene Vertreibung entstehen, insbesondere bei Kindern und Familien. Es werden therapeutische Unterstützungsangebote und integrative Behandlungsansätze für Geflüchtete dargestellt (vgl. Hessing Stiftung, 2023).
- Moudatsou, M., Stavropoulou, A., Philalithis, A. & Koukouli, S. (2020). The Role of Empathy in Health and Social Care Professionals, Healthcare (Basel), 8(1), S. 26. Verfügbar unter: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7151200/> (Zugriff: 21. Januar 2025)
Wissenschaftlicher Artikel zur Bedeutung von Empathie in Gesundheits- und Sozialberufen mit Fokus auf emotionale und kognitive Kommunikationsaspekte (vgl. Moudatsou et al., 2020).

Gebrauchsfertige Materialien

- CONNECT-Module (o.D.) Starting a relationship (Video 4.4). Verfügbar unter: <https://connectmodules.dec-sped.org/connect-modules/resources/videos/video-4-4/> (Zugriff: 4. Februar 2025)
Das Video gibt Anleitung zum sensiblen Aufbau von Beziehungen mit Familien unter Wahrung der Familienzentrierung.
- Giraffe Nonviolent Communication (2021) Exercise in Empathy | Nonviolent Communication explained by Marshall Rosenberg (AUDIO ONLY). Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=C0oJflwtth8> (Zugriff: 09. Januar 2025)
Das Video erklärt, wie Empathie in zwischenmenschlichen Beziehungen geübt und angewendet werden kann.
- KGSP – Kinderschutz Schweiz (2025) Kindern nach traumatischen Ereignissen helfen. Verfügbar unter: <https://www.kinderschutz.ch/trauma> (Zugriff am 1. September 2025).
Dieser Leitfaden bietet praxisorientierte und altersgerechte Unterstützung für Eltern, Fachkräfte und pädagogische Fachpersonen, um Kindern nach traumatischen Erlebnissen Sicherheit, Stabilität und emotionale Begleitung zu geben.
- McLeanHospital (2020) Trauma Informed Care With Refugee and Immigrant Youth. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=5zvGu-iBGPo> (Zugriff: 06 März, 2025)
Das Video behandelt Strategien, um traumainformierte Pflege zur Unterstützung von geflüchteten und eingewanderten Jugendlichen zu gewährleisten.

- National Center on Parent, Family, and Community Engagement (o.D.) Strategies for Family Engagement: Attitudes and Practices. Verfügbar unter: <https://www.firstup.org/wp-content/uploads/2021/11/Family-Engagement.pdf> (Zugriff: 4. Februar 2025)
Der Leitfaden fokussiert die Bedeutung von Familienengagement sowie praktische Strategien zum Aufbau produktiver und respektvoller Beziehungen zwischen Fachkräften und Familien.
- Oregon Family Support Network (2019) Life Domains for a Crisis Plan. Verfügbar unter: <https://oregon-wraparound.org/wp-content/uploads/2019/08/Wraparound-Life-Domains-for-a-Crisis-Plan.pdf> (Zugriff: 4. Februar 2025)
Dieses Material unterstützt Fachkräfte bei moderierten Gesprächen mit Familien, um Prioritäten für mehrere Lebensbereiche zu identifizieren und verfolgt dazu einen ganzheitlichen Krisenplanungsansatz.
- Radlauer-Doerfler, J. & VanDenBerg, J.E. (2020) A Practical Guide to Self-Care for Helping Professionals. Verfügbar unter: https://www.cmhnetwork.org/wp-content/uploads/2020/07/New_Practical-Guide-to-Self-Care-for-Wraparound-Professionals-1.pdf (Zugriff am 4. Februar 2025)
Der Leitfaden beschreibt wirksame Selbstfürsorgepraktiken für Fachkräfte, die mit Traumafolgen arbeiten, mit Fokus auf Burnout-Vermeidung, Umgang mit Mitgeföhlserschöpfung und Förderung emotionaler Resilienz.
- The National Child Traumatic Stress Network (2008) Child Trauma Toolkit for Educators. Verfügbar unter: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//child_trauma_toolkit_educators.pdf (Zugriff: 20. Januar 2025)
Diese Ressource stellt Lehrkräften, Schulpersonal und Eltern grundlegende Informationen zur Arbeit mit traumatisierten Kindern im schulischen Umfeld bereit.

Tipps & Tricks

- ✓ Tauscht euch aus! Tausch dich mit Teammitgliedern darüber aus, wie sie mit traumatisierten Kindern und Familien umgehen. Welche Methoden haben sich bewährt? Welche Fragen beschäftigen euch? Gemeinsam kommt ihr weiter – also: keine Scheu, einfach mal drüber reden. Und wenn du Lust hast: Schnapp dir ein Fachbuch oder einen Artikel zum Thema Trauma und Familiendynamik – da steckt oft mehr drin, als man denkt.
- ✓ Weiterbildung bringt's! Such dir gezielt Fortbildungen, in denen es um Trauma und seine Auswirkungen auf Familien geht. Besonders hilfreich: Szenarien aus dem echten Leben – so kannst du dich besser in die Lage der Betroffenen hineinversetzen.
- ✓ Checklisten sind deine Freunde. Gerade in schwierigen Gesprächen mit Familien können Vorlagen oder Gesprächsleitfäden super hilfreich sein. Sie geben dir Struktur und helfen dabei, nichts Wichtiges zu vergessen.
- ✓ Vertrauen aufbauen – Schritt für Schritt. Höre zu, ohne zu bewerten. Zeig, dass du da bist und dass du die Erfahrungen der Familien ernst nimmst. Das ist der erste und wichtigste Schritt zu echter Zusammenarbeit.
- ✓ Stärken statt Schwächen sehen. Auch wenn Familien gerade durch schwere Zeiten gehen – sie bringen immer auch Ressourcen mit. Erkenne diese Stärken und nutze sie gemeinsam, um Resilienz zu fördern.
- ✓ Mach den nächsten Schritt mit GFK. Wenn du die Grundlagen verstanden hast, ist vielleicht ein Workshop zur Gewaltfreien Kommunikation (GFK) genau das Richtige. In Übungsgruppen lernst du, wie du Konflikte wertschätzend lösen kannst – und bekommst echte Praxisbeispiele, wie NVC bei traumatisierten Kindern und Familien wirkt.
- ✓ Frag nach, hol dir Feedback! Erfahrenere Teammitglieder oder deine Leitung können eine wertvolle Unterstützung sein – egal ob in kniffligen Fällen oder einfach zur Reflexion deiner Arbeit. Also: lieber einmal zu viel fragen als einmal zu wenig!
- ✓ Grenzen setzen – auch das ist Fürsorge. Achte bewusst darauf, deine beruflichen Grenzen zu wahren. Das hilft dir, professionell zu bleiben und dich emotional nicht zu sehr aufzureiben.
- ✓ Du bist nicht allein. Tausch dich regelmäßig mit deinem Team aus. Was stresst euch? Was hilft euch, mit schwierigen Situationen umzugehen? Vielleicht gibt's in deiner Einrichtung ja auch schon Foren oder Gesprächsrunden zur Selbstfürsorge – wenn nicht, schlag doch einfach mal eine vor!

KOMPETENTE/R AKTEUR/IN

Bücher/Handbücher/Artikel

- BAfF – Bundesweite Arbeitsgemeinschaft der Psychosozialen Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer e.V. (2025) Psychosozialer Versorgungsbericht Deutschland 2025. Verfügbar unter: https://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2025/06/BAfF_VB2025.pdf (Zugriff 1. September 2025).
Diese deutsche Quelle präsentiert aktuelle Forschungsergebnisse zur psychischen Belastung und Versorgungslage von Geflüchteten in Deutschland. Etwa 30% der Geflüchteten zeigen Symptome post-traumatischer Belastungsstörungen oder Depressionen, wobei strukturelle Versorgungsbarrieren und soziale Belastungsfaktoren hervorgehoben werden, die eine therapeutische Versorgung erschweren (vgl. BAfF, 2025).
- Better Health Channel (2022) Trauma and families. Verfügbar unter: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/trauma-and-families> (Zugriff am 28. Januar 2025).
Informationsblatt über typische emotionale und körperliche Reaktionen von Familien nach einem Trauma sowie Empfehlungen zur gegenseitigen Unterstützung und zum Einholen professioneller Hilfe (vgl. Better Health Channel, 2022).
- CEU Outlet (2024) Family and Crisis Intervention: Essential Strategies for Social Workers and Mental Health Professionals. Verfügbar unter: <https://www.ceuoutlet.com/blog/family-and-crisis-intervention-essential-strategies-for-social-workers-and-mental-health-professionals> (Zugriff am 5. Februar 2025).
Artikel über bewährte Strategien und Interventionen zur Unterstützung von Familien in Krisensituationen, insbesondere mit trauma-informierten Ansätzen (vgl. CEU Outlet, 2024).
- Childhood Education International (o. D.) Introduction to Trauma-Informed Practices. Verfügbar unter: <https://ceinternational1892.org/courses/introduction-to-trauma-informed-practices/> (Zugriff am 17. Januar 2025).
Online-Mikrokurs für frühpädagogische Fachkräfte zum besseren Verständnis von Trauma und trauma-informierten Praktiken (vgl. Childhood Education International, o. D.).
- Moudatsou, M., Stavropoulou, A., Philalithis, A. & Koukouli, S. (2020) 'The Role of Empathy in Health and Social Care Professionals', Healthcare (Basel), 8(1), 26.
Wissenschaftlicher Beitrag zur Bedeutung von Empathie in der Gesundheits- und Sozialversorgung mit Fokus auf emotionale, kognitive und verhaltensbezogene Dimensionen (vgl. Moudatsou et al., 2020).

Gebrauchsfertige Materialien

- CECE Early Childhood Videos at Eastern CT State U (2020) The Importance of Self-Care for Early Care and Education Professionals. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=x9tPoR4Ctec>
Dieses Video zeigt, warum Selbstfürsorge für Fachkräfte im frühkindlichen Bildungsbereich wichtig ist, um Burnout vorzubeugen und langfristig wirksam zu bleiben. Es bietet praktische Tipps für die Selbstfürsorge im Berufs- und Privatleben, darunter Achtsamkeitsübungen, Stressbewältigung und Förderung emotionaler Balance.
- Center for the Study of Social Policy (CSSP) (2018) Parental Resilience: Protective & Promotive Factors (Action Sheets). Verfügbar unter: <https://cssp.org/wp-content/uploads/2018/08/ProtectiveFactorsActionSheets.pdf> (Zugriff am 4. Februar 2025)
Das Action Sheet gibt klare und umsetzbare Schritte zur Anwendung des Protective Factors Frameworks in der Praxis, mit Fokus auf die Stärkung von Familien und Förderung von Resilienz.
- Kinderschutz Niedersachsen (2023) Selbstfürsorge im beruflichen Alltag. Verfügbar unter: <https://www.kinderschutz-niedersachsen.de/aktuelles/selbstfuersorge-im-beruflichen-alltag> (Zugriff am 1. September 2025).
Dieser Artikel beschreibt die Bedeutung von Selbstfürsorge für pädagogische Fachkräfte, insbesondere im Umgang mit den Herausforderungen des Berufsalltags. Es werden Strategien und Übungen vorgestellt, die Fachkräfte dabei unterstützen, ihre physische und psychische Gesundheit zu erhalten und gleichzeitig eine Vorbildfunktion für Kinder einnehmen zu können.

- Paige, H. (o.D.) Nonviolent Communication Practices that Embody Person-Centered and Trauma-Informed Care. Verfügbar unter: <https://cdn.fedweb.org/fed-42/2/Nonviolent%2520Communication%2520Practices%2520PPT.pdf> (Zugriff: 29. Januar 2025)
Dieses Material erklärt die Verbindung zwischen personenzentrierter traumainformierter Pflege und Gewaltfreier Kommunikation (NVC) und enthält zahlreiche Übungen für individuelles und gruppenbasiertes Lernen.
- NCTSN Core Curriculum on Childhood Trauma Task Force (2012) The 12 core concepts: Concepts for understanding traumatic stress responses in children and families. Los Angeles, CA, und Durham, NC: UCLA- Duke University National Center for Child Traumatic Stress. Verfügbar unter: https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources//the_12_core_concepts_for_understanding_traumatic_stress_responses_in_children_and_families.pdf (Zugriff: 23. Januar 2025)
Das Dokument beschreibt 12 zentrale Konzepte zum Verständnis traumatischer Stressreaktionen bei Kindern und Familien, betont neben der Komplexität von Trauma auch die Bedeutung von Schutzfaktoren, Entwicklungseinflüssen und Selbstfürsorge der Fachkräfte.
- Oregon Wraparound (2019) Sample of some holistic crisis plan components. Verfügbar unter: <https://oregonwraparound.org/wp-content/uploads/2019/06/Family-Crisis-Plan-Template.pdf> (Zugriff am 6. Februar 2025).
Die Vorlage bietet ein strukturiertes Format zur Identifizierung potenzieller Krisen, Auslöser und Lösungswege. Sie dient dazu, Familiengeschichte und Krisenmuster zu dokumentieren, um maßgeschneiderte Aktionspläne zu entwickeln.

Tipps & Tricks

- ✓ **Bleib flexibel – jedes Kind ist anders!** Je besser du dich auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder und Familien einstellst, desto wirksamer wird deine Unterstützung. Entwickle deinen eigenen Stil weiter – durch reflektierende Praxis, ehrliche Selbstbeobachtung und regelmäßige Supervision. Das ist kein Sprint, sondern eher ein Lernmarathon. Also: bleib dran!
- ✓ **Mach dein Ding – aber pass es an.** Keine Familie tickt wie die andere. Schärfe dein Gespür dafür, wie du deine Methoden je nach Situation anpassen kannst. Frag dich zwischendurch ruhig mal: „Passt das gerade noch für diese Familie? Oder braucht’s einen anderen Zugang?“
- ✓ **Bleib neugierig.** Wirf regelmäßig einen frischen Blick auf deine Herangehensweise. Was klappt gut? Was könnte besser laufen? Neue Herausforderungen gehören dazu – also: ausprobieren, justieren, weitermachen.
- ✓ **Lern, wann immer du kannst.** Workshops und Schulungen zur trauma-informierten Arbeit sind Gold wert – hol dir frischen Input und tausch dich mit anderen aus. Du musst nicht alles allein rausfinden!
- ✓ **GFK step by step.** Gewaltfreie Kommunikation klappt nicht von heute auf morgen – und das ist okay. Fang in entspannten Situationen an: mit Freunden, Familie oder Teammitgliedern. So wächst dein Selbstvertrauen, bevor es in komplexeren Situationen drauf ankommt. Übung macht den Meister – also bleib dran!
- ✓ **Hör in dich rein.** Wie geht’s dir eigentlich mit allem? Welche Situationen stressen dich besonders? Schreib’s dir auf, zum Beispiel in einem Reflexionstagebuch. Das hilft dir, Muster zu erkennen und besser für dich selbst zu sorgen.
- ✓ **Finde deine Balance.** Es ist okay, berührt zu sein – aber du musst nicht alles mit nach Hause nehmen. Achte darauf, dass du professionell bleibst, ohne dich selbst zu verlieren. Eine gesunde Distanz schützt dich und hilft auch den Kindern mehr, als du denkst.

GEWANDTE/R PROFESSIONELLE/R

Bücher/Handbücher/Artikel

- Key, A. & Rider, K. (2018) 'Secondary Traumatic Stress Among Mental Health Professionals', Graduate Student Journal of Psychology, 17, S. 69–80. Verfügbar unter: <https://www.tc.columbia.edu/media/centers-amp-labs/gsjp/gsjp-volume-pdfs/final-6-Key-et-al.pdf> (Zugriff: 11. Dezember 2024).
Die Studie untersucht die Verbreitung sekundärer Traumatisierung bei Fachkräften im psychischen Gesundheitswesen und leitet Implikationen für Aus- und Weiterbildungsprogramme ab (vgl. Key & Rider, 2018).
- KMB CAMH (2016) Holistic Crisis Planning: A Companion Guide for Providers Working with Adults and Families. Verfügbar unter: https://kmb.camh.ca/eenet/sites/default/files/pdfs/Holistic%20Crisis%20Planning_A%20Companion%20Guide%20for%20Providers%20working%20with%20Adults%20and%20Families.pdf (Zugriff: 5. Februar 2025)
Dieser Leitfaden bietet Methoden und Vorlagen für eine ganzheitliche und personenorientierte Krisenplanung in der Arbeit mit Erwachsenen und Familien (vgl. KMB CAMH, 2016).
- Neumann, M. M. (2023) Building Resilience Capacity in Young Children: Practical Insights for Early Childhood Educators. Childhood Education, 99(2), S. 32–39. Verfügbar unter: <https://doi.org/10.1080/00094056.2023.2185040>
Der Artikel bietet praxisnahe Einblicke in den Aufbau resilienter Kompetenzen bei jungen Kindern durch Lernprogramme und Umgebungen (vgl. Neumann, 2023).
- Petermichl, E. (2022) „Sekundäre Traumatisierung im Kontext Sozialer Arbeit mit Geflüchteten“. Bachelorarbeit, Hochschule für angewandte Wissenschaften. Verfügbar unter: <https://opus.bsz-bw.de/fhdo/files/63/Petermichl-Elisabeth-1.pdf> (Zugriff am 1. September 2025).
Diese deutsche Arbeit untersucht die Auswirkungen sekundärer Traumatisierung bei Sozialarbeitern, die mit traumatisierten Geflüchteten arbeiten. Dabei beleuchtet sie die Belastungen durch traumatische Erzählungen und Verhaltensweisen der Klientel sowie Präventions- und Bewältigungsstrategien im beruflichen Kontext (vgl. Petermichl, 2022).
- Unlocking Children (2024) Enhancing trauma-informed practices when working with children. Verfügbar unter: <https://unlockingchildren.co.uk/cat/trauma-informed-care/enhancing-trauma-informed-care> (Zugriff: 03. Februar 2025)
Die Ressource vermittelt Fachkräften im Bereich der Kinderbetreuung Möglichkeiten, Vertrauen aufzubauen, Empathie zu fördern und traumainformierte Methoden einzusetzen, inklusive Gewaltfreier Kommunikation (vgl. Unlocking Children, 2024).

Gebrauchsfertige Materialien

- Center for Early Child Development (2003) Guidelines for becoming a trauma-informed school Verfügbar unter: <https://blackpoolbetterstart.org.uk/wp-content/uploads/School-TIG-Digital-Version.pdf> (Zugriff: 04. Februar 2025)
Dieses Handbuch stellt einen Rahmen dar, wie Fachkräfte ein traumasensibles Schulkonzept entwickeln können. Es betont die Bedeutung, Traumafolgen zu erkennen, darauf angemessen zu reagieren und sowohl Familien als auch Schulpersonal zu unterstützen.
- DeGPT Deutsche Gesellschaft für Psychotraumatologie (2019): Traumapädagogik in Schule und Jugendhilfe: Grundlagen und Handlungsempfehlungen. Lengerich: Pabst Science Publishers.
Diese Publikation bietet Fachkräften praxisnahe Empfehlungen, wie traumapädagogische Ansätze in Schule und Jugendhilfe umgesetzt werden können. Im Mittelpunkt steht die Förderung von Sicherheit, Bindung und Resilienz für von Traumata betroffene Kinder.
- Family Rights Group (o.D.) Family group conferences: advice for families. Verfügbar unter: <https://frg.org.uk/get-help-and-advice/what/family-group-conferences-advice-for-families/> (Zugriff: 4. Februar 2025)
Diese Website erklärt ausführlich den Ablauf und Zweck von Familienkonferenzen (Family Group Conferences, FGCs). Sie zeigt, wie Familien durch gemeinsame Entscheidungsprozesse Pläne zum Wohl von Kindern entwickeln können, und betont die Rolle der Zusammenarbeit und familiengeführten Entscheidungsfindung.

- National Center on Parent, Family and Community Engagement (2019) Engaging with Families in Conversations about Sensitive Topics. Verfügbar unter: <https://headstart.gov/sites/default/files/pdf/engaging-with-families-conversations-about-sensitive-topics.pdf> (Zugriff: 4. Februar 2025).
Dieser Leitfaden unterstützt Fachpersonen dabei, respektvolle und effektive Gespräche mit Familien über sensible Themen zu führen. Er bietet praxisnahe Methoden für den Dialog, um Vertrauen und Verständnis aufzubauen.
- National Child Traumatic Stress Network (o.D.) Child Trauma Toolkit for Educators. Verfügbar unter: <https://www.nctsn.org/resources/child-trauma-toolkit-educators>.
Dieses Toolkit richtet sich an Schulleitungen, Lehrkräfte, Mitarbeitende sowie Eltern und bietet eine Einführung, wie mit traumatisierten Kindern im Bildungskontext umgegangen werden kann.
- Northwest MHTTC (2020) Educator Wellbeing 101: Practical Tips to Help You S.O.A.R. Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=OHa-Flk16-M>.
Dieses Video vermittelt Lehrkräften Strategien zur Förderung des eigenen Wohlbefindens und zur Stressbewältigung. Im Zentrum steht die Methode S.O.A.R. (Self-care, Observation, Adaptability, Reflection), die Resilienz und Balance im Berufsalltag unterstützt.
- Oregon Wraparound (2019) Sample of some holistic crisis plan components. Verfügbar unter: <https://oregonwraparound.org/wp-content/uploads/2019/06/Family-Crisis-Plan-Template.pdf> (Zugriff am 6. Februar 2025).
Diese Vorlage unterstützt Familien und Fachkräfte beim Erstellen strukturierter Krisenpläne. Sie dokumentiert Auslöser, mögliche Risiken und Bewältigungsstrategien, um individuelle und passgenaue Handlungspläne für Krisensituationen zu entwickeln.

Tipps & Tricks

- ✓ **Gemeinsam sind wir stärker!** Schaff ein Umfeld, in dem sich alle sicher und gestärkt fühlen – Kinder, Familien und du mit deinem Team. Tausch dich mit Teammitgliedern über traumainformierte Methoden wie TF-CBT oder andere spezialisierte Ansätze aus. Je breiter euer gemeinsames Know-how, desto besser könnt ihr auch mit herausfordernden Situationen umgehen.
- ✓ **Teile, was du weißt.** Du hast dir im Laufe der Zeit einiges an Erfahrung angeeignet? Dann gib's weiter! Coache Teammitglieder, die neu in der Arbeit mit Familien in Krisen sind. Dein Wissen kann ihnen helfen, schneller sicherer im Umgang mit traumatisierten Kindern zu werden.
- ✓ **Netzwerke sind Gold wert.** Sorge mit deinem Team dafür, dass Wissen, Tipps und Materialien nicht in der Schublade landen. Ein kleines Netzwerk innerhalb eurer Organisation kann Großes bewirken – besonders bei der Arbeit mit geflüchteten Kindern.
- ✓ **Hol dir auch mal externe Verstärkung.** Manche Situationen sind so komplex, dass es mehr als ein gutes Team braucht. Scheue dich nicht, andere Fachleute dazuzuholen – gemeinsam kriegt ihr einen besseren Rundblick und könnt nachhaltiger helfen.
- ✓ **Trauma verstehen – noch tiefer.** Je mehr du über die oft versteckten Auswirkungen von Trauma weißt, desto feiner kannst du im Alltag reagieren. Lass das neue Wissen direkt in deine Praxis einfließen.
- ✓ **Rein in die Familienarbeit!** Trauma hört nicht an der Gruppentür auf. Bau Brücken zu den Eltern – mit GFK, also gewaltfreier Kommunikation. Je mehr sie sich gesehen und gehört fühlen, desto stabiler wird das Ganze. Und auch du lernst bei jedem Gespräch wieder dazu!
- ✓ **Lösungen gemeinsam gestalten.** Begleite Familien auf dem Weg zu ihren Lösungen – nicht zu irgendwelchen Standardantworten. Nachhaltig wird's, wenn alle mit an Bord sind.
- ✓ **Sei ein Vorbild für Selbstfürsorge.** Schaff in deinem Team Raum für den offenen Austausch über mentale Gesundheit. Organisiere Workshops, teile gute Tools oder starte kleine Selbstfürsorge-Initiativen. Wer gut auf sich achtet, kann auch besser für andere da sein.
- ✓ **Bleib bei dir.** Praktiken wie Achtsamkeit oder der Austausch mit Teammitgliedern auf Augenhöhe helfen dir, emotional stabil zu bleiben – besonders dann, wenn's mal wieder drunter und drüber geht.

EXPERTE/EXPERTIN

Bücher/Handbücher/Artikel

- Bowie, V. (2020) 'Trauma-Informed Self-Care for Child and Youth Care Workers', *Journal of Child and Youth Care Work*, 25, S. 157–175. Verfügbar unter: https://www.researchgate.net/publication/347116523_Trauma-Informed_Self-Care_for_Child_and_Youth_Care_Workers
Der Artikel behandelt Strategien der traumainformierten Selbstfürsorge bei Fachkräften, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten (vgl. Bowie, 2020).
- Carr, A. (2006) *Family Therapy: Concepts, Process and Practice*, 2. Auflage, John Wiley & Sons Ltd. Chichester, England.
Das Buch bietet eine kritische Übersicht über Familientherapieschulen und ein integratives Praxis-Modell (vgl. Carr, 2006).
- Dallos, R. & Draper, R. (2005) *An Introduction to Family Therapy: Systemic Theory and Practice*, 2. Auflage. Maidenhead: Open University Press.
Das Buch gibt einen Überblick zur Entwicklung und Anwendung systemischer Familientherapie (vgl. Dallos & Draper, 2005).
- Damico, S. (2020) 'The Resilience Cascade: The best way to promote resilience in children is to foster resilient teachers', *Childhood Education*, 96(1), S. 54–57. Verfügbar unter: <https://doi.org/10.1080/00094056.2020.1707538>
Der Artikel betont die Bedeutung der Unterstützung resilienter Lehrkräfte zur Förderung der Resilienz bei Kindern (vgl. Damico, 2020).
- Denkinger, L. (2023) *Psychosoziale Auswirkungen von Trauma und Flucht auf Geflüchtete und ihre Helfer*. Dissertation, Universität Tübingen. Verfügbar unter: <https://publikationen.uni-tuebingen.de/xmlui/bitstream/handle/10900/142695/Dissertation%20Denkinger.pdf?sequence=2&isAllowed=y> (Zugriff am 1. September 2025).
Diese Dissertation untersucht die psychosozialen Folgen von Trauma und Flucht für Geflüchtete sowie das Risiko und die Auswirkungen sekundärer Traumatisierung bei den Fachkräften und Helfern, die mit ihnen arbeiten. Es werden Einflussfaktoren, Präventionsmaßnahmen und Unterstützungsstrategien vorgestellt (vgl. Denkinger, 2023).
- KMB CAMH (2016) *Holistic Crisis Planning: A Companion Guide for Providers Working with Adults and Families*. Verfügbar unter: https://kmb.camh.ca/eenet/sites/default/files/pdfs/Holistic%20Crisis%20Planning_A%20Companion%20Guide%20for%20Providers%20working%20with%20Adults%20and%20Families.pdf (Zugriff: 5. Februar 2025)
Leitfaden für eine ganzheitliche und personenzentrierte Krisenplanung (vgl. KMB CAMH, 2016).
- Palenica-Ramírez, N. & Mallah, F. (2024) *Forced Displacement: Implications for Refugee and Asylee Students*. Verfügbar unter: https://immigrationinitiative.harvard.edu/wp-content/uploads/2024/08/AU-GUST-2024_Forced-Displacement_Implications-for-Refugee-and-Asylee-Students_final.pdf (Zugriff am 1. September 2025).
Ressource zur Unterstützung traumatisierter Geflüchteter in Bildungskontexten (vgl. Palenica-Ramírez & Mallah, 2024).
- Paul, S. (2023) 'Unpacking the impact of childhood trauma on empathy and emotional intelligence: A correlational study', *The International Journal of Indian Psychology*, 11 (4). Verfügbar unter: <https://ijip.in/wp-content/uploads/2023/12/18.01.169.20231104.pdf> (Zugriff: 04. Februar 2025)
Studie zum Einfluss von Kindheitstrauma auf Empathie und emotionale Intelligenz im Erwachsenenalter (vgl. Paul, 2023).

Gebrauchsfertige Materialien

- Burns, G.W. (2005) 101 Healing Stories for Kids and Teens: Using Metaphors in Therapy. John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
Dieses Buch ist ein umfassender Leitfaden, der die Kraft von Geschichten und Metaphern beleuchtet. Es eignet sich besonders für Fachkräfte, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, und bietet eine Vielzahl kreativer Methoden, die mit anderen evidenzbasierten Ansätzen wie Spiel-, Kunst-, Musik- oder Theatertherapie kombiniert werden können. Die Kapitel geben praxisnahe Hinweise für das Erzählen von Geschichten, den Einsatz von Metaphern sowie Tipps zur Entwicklung, Planung und Präsentation heilender Geschichten.
- Caudle, C. (2023) Trauma and Trauma-Informed Practices in Early Childhood Education with Cara Caudle. Verfügbar unter: <https://creators.spotify.com/pod/show/everythinge/episodes/133-Trauma-and-Trauma-Informed-Practices-in-Early-Childhood-Education-with-Cara-Caudle-e2gf655>
Diese Podcast-Episode thematisiert Trauma und traumasensible Ansätze in der frühkindlichen Bildung. Cara Caudle stellt wirksame Strategien für pädagogische Fachkräfte vor, um Kinder mit traumatischen Erfahrungen zu unterstützen, und betont die Bedeutung eines einfühlsamen, unterstützenden Lernumfeldes.
- Kindler, H., Lillig, S., Blüml, H., Meysen, T., Werner, A. (2011) Handbuch Kindeswohlgefährdung nach § 1666 BGB und Allgemeiner Sozialer Dienst (ASD), München: Deutsches Jugendinstitut (DJI).
Dieses Handbuch enthält praxisnahe Orientierungen für Fachkräfte zur Krisenintervention bei Kindeswohlgefährdung. Es zeigt Vorgehensweisen im Umgang mit Familien in akuten Belastungen und stellt Handlungsempfehlungen zur Sicherung von Schutz, Unterstützung und Kooperation bereit.
- Williams B., Edlington T. (o.D.) Can DVD simulations be used to promote empathy and interprofessional collaboration among undergraduate healthcare students? Monash University, Australian Government, Office for Learning and Teaching. Verfügbar unter: https://www.monash.edu/__data/assets/pdf_file/0005/1217984/empathy-toolkit.pdf (Zugriff: 04. Februar 2025)
Dieses Toolkit dient der Förderung von Empathie und der Entwicklung empathischer Haltungen und Verhaltensweisen bei Fachkräften sowie der Stärkung interprofessioneller Zusammenarbeit im Gesundheitswesen.

Tipps & Tricks

- ✓ Teile deine Expertise mit Herz und Verstand. Du hast dir wertvolles Wissen erarbeitet? Dann unterstütze Teammitglieder, die noch am Anfang stehen – besonders bei komplexen Fällen, wo Einfühlungsvermögen und Fingerspitzengefühl gefragt sind. Ob es um GFK oder andere traumainformierte Ansätze geht: Dein konstruktives Feedback kann echte Aha-Momente auslösen und hilft dabei, eine Kultur des Lernens zu etablieren.
- ✓ Stark im Team: Selbstfürsorge gemeinsam leben. Biete Workshops oder kleine Impulse zur emotionalen Resilienz und Stressbewältigung an – am besten praxisnah und offen für Austausch. So helfst ihr euch gegenseitig, besser mit der Belastung durch traumabezogene Arbeit umzugehen.
- ✓ Bleib neugierig und wach. Die Forschung im Bereich Trauma und Resilienz entwickelt sich ständig weiter. Ein kleiner Artikel hier, ein Online-Seminar dort – so bleibst du am Puls der Zeit und kannst neue Erkenntnisse direkt in deinen Alltag integrieren.
- ✓ Forschung? Warum nicht du! Du hast eine spannende Fragestellung, z. B. wie Vertrauen, Empathie und Kommunikation in traumatisierten Familien zusammenspielen? Dann bring dich ein – in laufende Projekte oder indem du selbst etwas anstößt. Auch kleine Praxisstudien können große Wirkung haben.
- ✓ Werde laut – für die, die es nicht können. Ob innerhalb deiner Einrichtung oder auf politischer Ebene: Setz dich für bessere Rahmenbedingungen ein! Familien in Krisen und die Fachkräfte, die sie begleiten, brauchen funktionierende, langfristig gedachte Unterstützungssysteme. Deine Stimme zählt!



Co-funded by
the European Union



Das Material wurde im Rahmen des Erasmus+ Projekts INDEAR – Inklusion und Vielfalt in der frühkindlichen Bildung (KA220–BY–23–25–161951) erstellt.

PROJEKTKOORDINATOR:

Volkshochschule im Landkreis Cham e. V., Deutschland

PARTNERORGANISATIONEN:

Fachakademie für Sozialpädagogik Furth im Wald, Deutschland

Berufsfachschule für Kinderpflege Furth im Wald, Deutschland

Udruzenje Prijateljice obrazovanja – Amica Educa, Bosnien and Herzegovina

CEIP Flor de Azahar, Spanien

Leonardo Progetti Sociali, Italien

Akademia Humanistyczno–Ekonomiczna w Lodzi, Polen

LIZENZ:

Dieses Werk ist lizenziert unter <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

VERÖFFENTLICHT:

2025



Von der Europäischen Union finanziert.

Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Projektnummer: KA220-BY-23-25-161951



**Co-funded by
the European Union**