



Was ist ein Trauma?

„Ein Trauma ist überwältigend, lebensgefährlich, über alle Maßen erschreckend, etwas, das man eigentlich nicht verkraften kann, ein Ereignis außerhalb dessen, was der Mensch sonst kennt, verbunden mit der Überzeugung, dass man es nie verwindet, so schlimm, dass man nachher denkt, das könne nicht passiert sein, mit enormen seelischen und/oder körperlichen Schmerzen verbunden, etwas, was von unserem Gehirn aufgesplittert oder ganz verdrängt wird.“

(Michaela Huber, 2003)

Über meine Arbeit

Ich arbeite nach dem systemisch-traumapädagogischen Ansatz, was bedeutet, dass ich in der Regel nicht mit dem Hauptsymptomträger allein arbeite, sondern nach Möglichkeit am System beteiligte Personen in die Arbeit einbeziehe.

Der Beginn einer möglichen Zusammenarbeit startet mit einem ausführlichen Erstgespräch, welches dem beiderseitigen Kennenlernen dient. Während dieses Termins besteht die Möglichkeit, sich ein erstes Bild von meiner Arbeitsweise zu machen; im Gegenzug erlange ich Informationen über Sie sowie weitere, am System beteiligte Personen. Daran richtet sich in der Regel meine Arbeit strukturell aus.

An das Erstgespräch schließen sich zwei probatorische Termine an. Diese ersten Zusammenkünfte bahnen eine längere Zusammenarbeit an, ermöglichen jedoch ohne die Begleiterscheinungen von Beziehungsabbrüchen noch ein frühzeitiges Beenden der Zusammenarbeit (niemand kann im Vorfeld beurteilen, ob eine Zusammenarbeit gelingen kann; dies ist von vielen individuellen Faktoren abhängig und muss behutsam ausprobiert werden).

Im Anschluss an diese Anbahnung erfolgen zunächst 18 weitere Termine á 50 Minuten. Diese weiteren Termine beinhalten z.B. Elterngespräche bzw. Gespräche mit Systembeteiligten, die beiderseitige Fragen, Interessen etc. bedienen und nach individuell erlebtem Bedarf installiert werden.

Je nach individueller Situation sind Abweichungen jederzeit umsetzbar; die vorbeschriebene Situation stellt eine Orientierung dar, die nach Ihren Bedarfen justiert wird.

Für weiterführende Fragen stehe ich Ihnen jederzeit gern zur Verfügung, ich freue mich auf Ihren Anruf oder Ihre Nachricht.

e-mail: matern@traumaberatung.info

Appelhoff 8 · 24977 Westerholz
www.traumaberatung.info
Tel.: 0 4636 · 1701

Traumabberatung

Die Bearbeitung von Traumata kann durch unterschiedliche Methoden und Arbeitsansätze erfolgen. In Deutschland noch eine vergleichsweise junge Disziplin erklärt sich die Traumabberatung als Ansatz zur Selbstbemächtigung.

Traumabberatung ist keine Therapieform, übernimmt hier jedoch eine Schlüsselrolle in Form von Stabilisierungsarbeit, als vorbereitende Maßnahme für eine eventuelle Therapie sowie als flankierende Begleitung unterschiedlichster Prozesse.



Systemische Beratung

- **lösungsorientiert**
- **prozessbegleitend**
- **schnell wirksam**
- **ressourcenaktivierend**

Nichts ist immer gleich, Ausnahmen deuten auf Lösungen hin.
Alle Menschen haben Ressourcen, um ihr Leben zu gestalten.
In eigener Sache ist jeder Einzelne kundig und kompetent.
Ein System funktioniert stets als Ganzheit. Jedes Teil ist mit jedem so verbunden, dass jede Änderung eine Änderung des Ganzen bewirkt.
Sie als Kunde sind Experte in eigener Sache und tragen die Lösung bereits in sich. Krisen und Konflikte sind Chancen auf Weiterentwicklung.

Systemische Beratung versteht sich ziel- und ergebnisorientiert und vertraut auf Selbstorganisationskräfte.

Stabilisierungs- und Bewältigungstraining

Traumatisierte und lebensgeschichtlich belastete Kinder und Jugendliche stehen vor großen Herausforderungen und stellen die mit ihnen befassten Erwachsenen (Eltern, Pflegeeltern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aller pädagogischen Arbeitsfelder und Bildungseinrichtungen) vor umfassende Aufgaben.

In der pädagogisch-therapeutischen Arbeit geht es darum, die Kinder und Jugendlichen aktiv bei der Verarbeitung traumatischer Erfahrungen zu unterstützen und die psychischen Folgen zu korrigieren.

•

E-Mail: matern@traumaberatung.info
www.traumaberatung.info



 **Eric Matern**
Traumaberatung · Systemische Beratung · Fortbildung