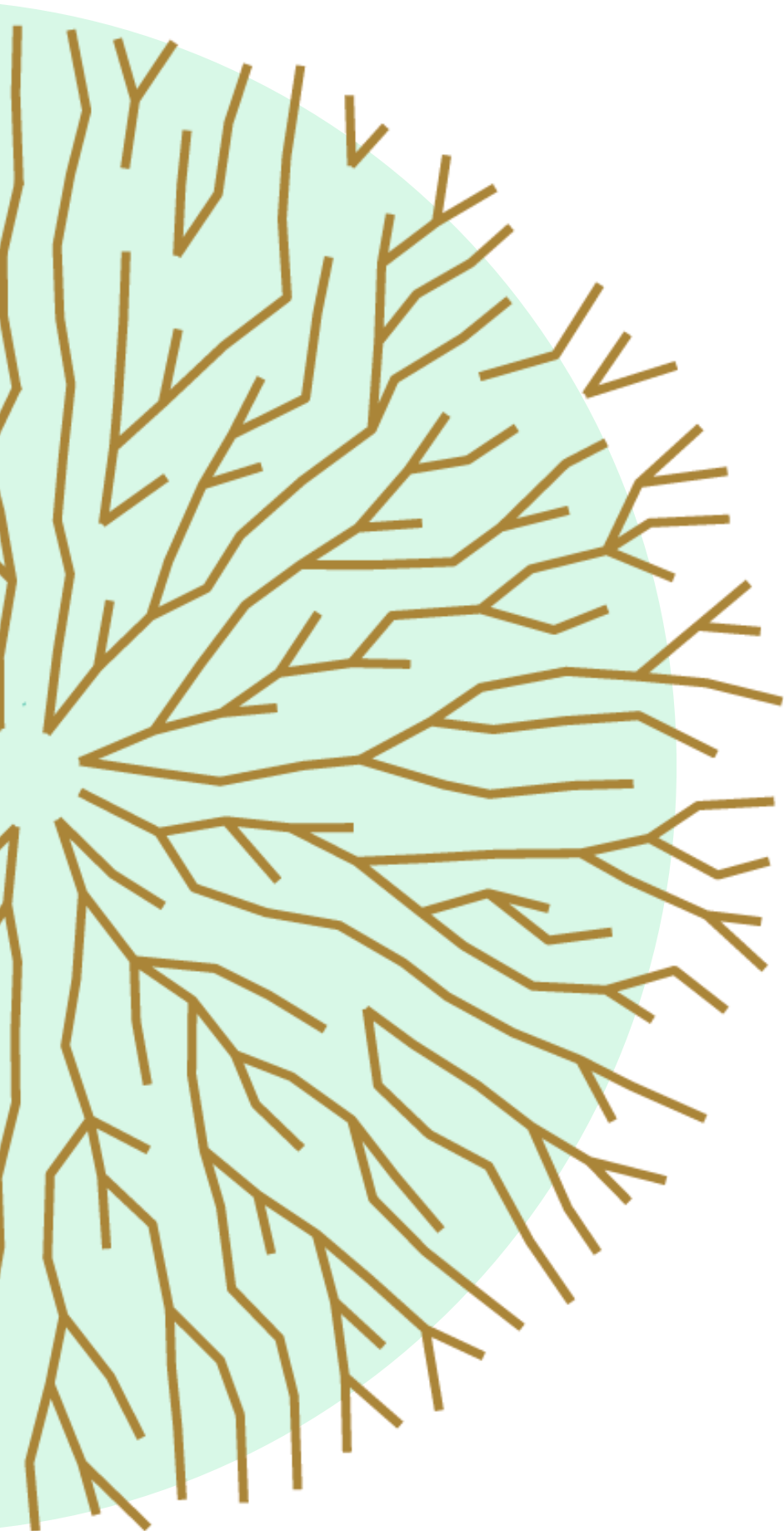




Trauma-

Kompetenz &

Transformation



Gedanken Austausch

01

Gedanken zu Transformation

02

Gedanken zur Relevanz von Trauma

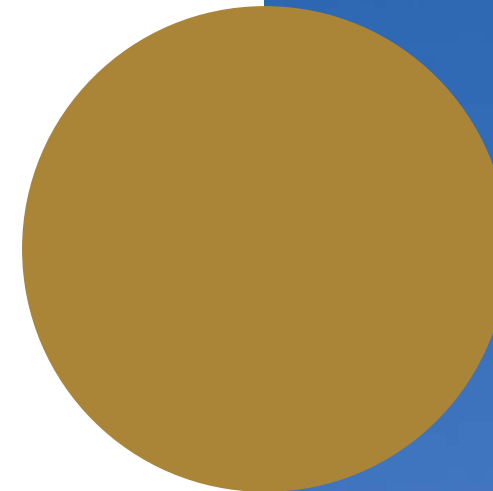
03

Gedanken zu Trauma-Kompetenz

**Wie fühlst
Du Dich?**

Aktiv gestaltete Transformation & Krisenmanagement multipler Krisen

Klimawandel, Politischer Wandel,
Digitalisierung, Diversität,
Demografischer Wandel, Krieg, Terror,
Inflation, Pandemie...

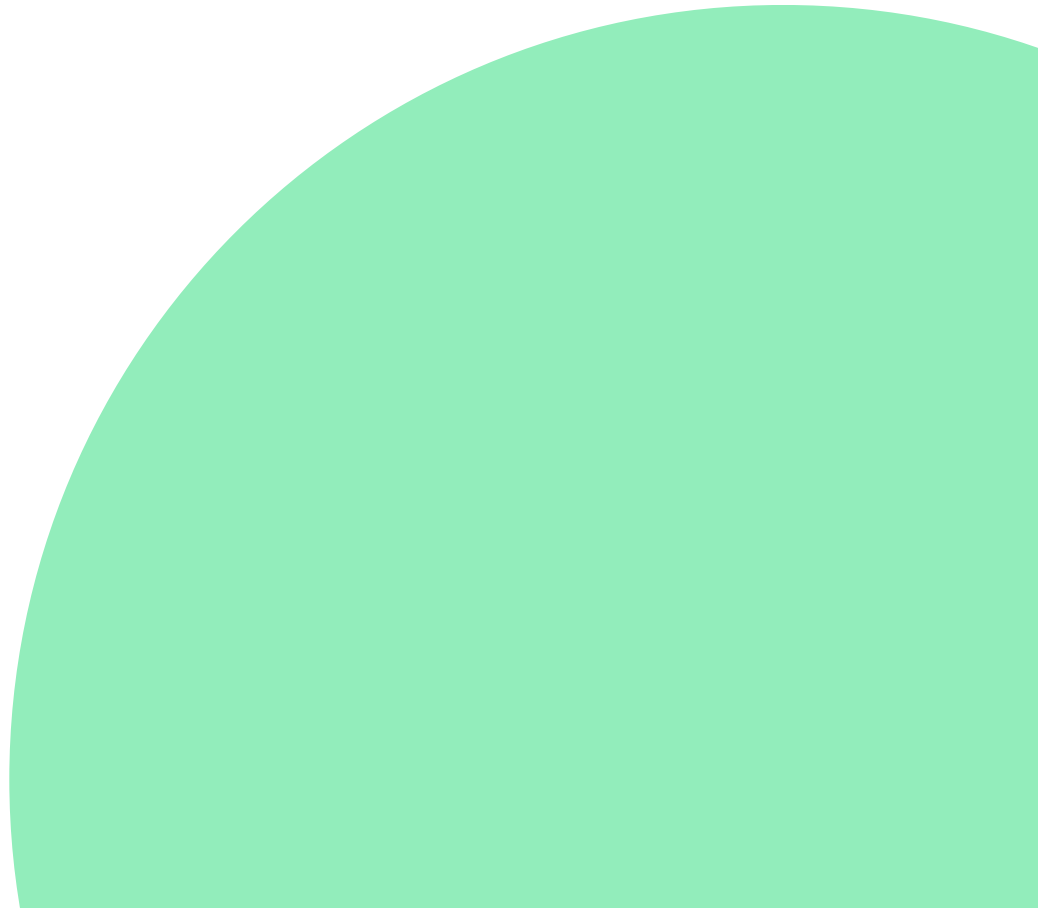


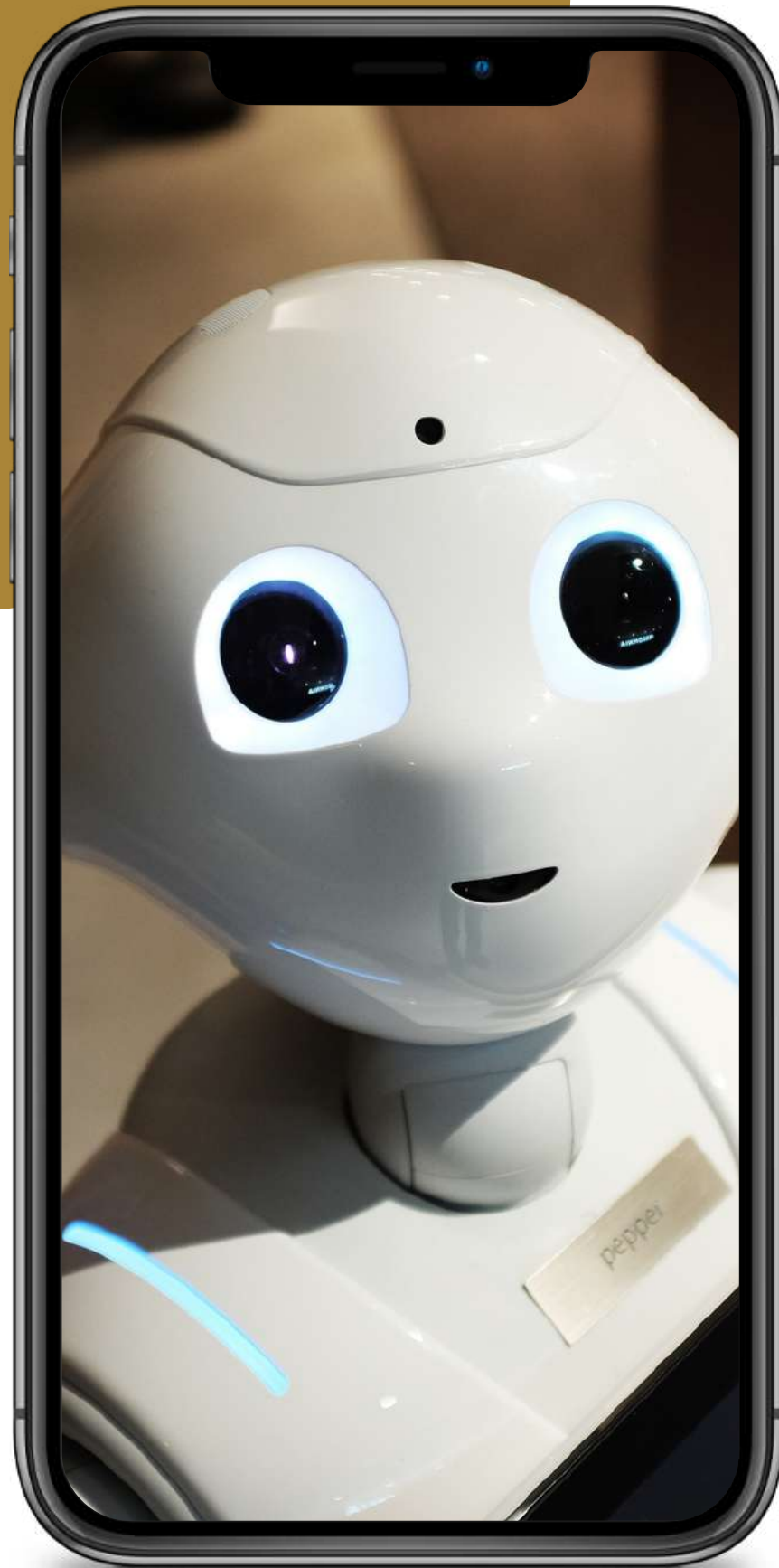
Transformation

Ein einschneidender Wandel, der vom bisher Gewohnten zu einem neuen Entwicklungsstand führt.

Transformation

Die Regulation und Integration von Emotionen mit dem Ziel der Reifung und des seelischen Wachstums.¹





Emotionen sind der Schlüssel zur Transformation

In Transformationsprozessen geht es darum Menschen emotional anzusprechen und sie mitzunehmen.

In Transformationsprozessen geht es darum, Menschen in ihrer Emotionswahrnehmung und Emotionsregulation zu unterstützen.

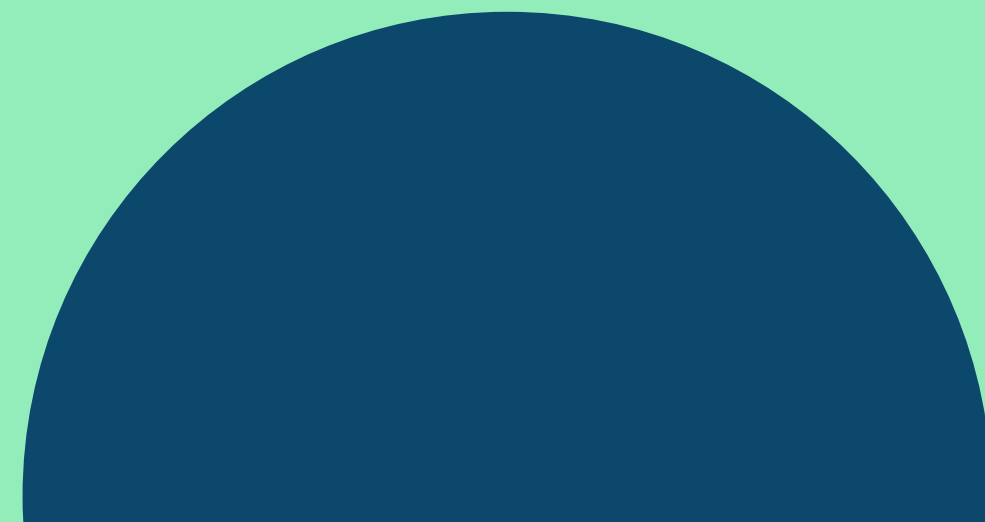
**Emotionen aus
der Vergangenheit
erkennen und managen.**



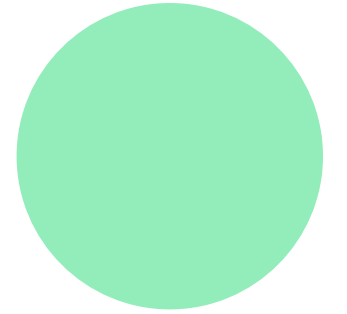
Ein Trauma ist die Erfahrung einer körperlichen Überlebensleistung, die Spuren ins uns hinterlässt. Im Moment des Geschehens ist es die beste und klügste Reaktion unseres Körpers auf ein verstörendes Ereignis oder auf solche Ereignisse, die sich über einen längeren Zeitraum wiederholen.



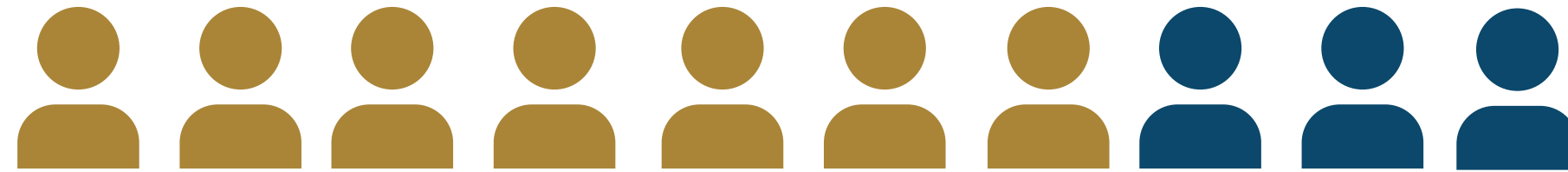
Die Erfahrung, die aus einem Trauma resultiert beeinflusst die Art und Weise wie wir mit Menschen in Beziehung treten, was wir als Bedrohung wahrnehmen und wie wir darauf reagieren, wie unser Selbstbild ist und wie wir die Welt interpretieren.



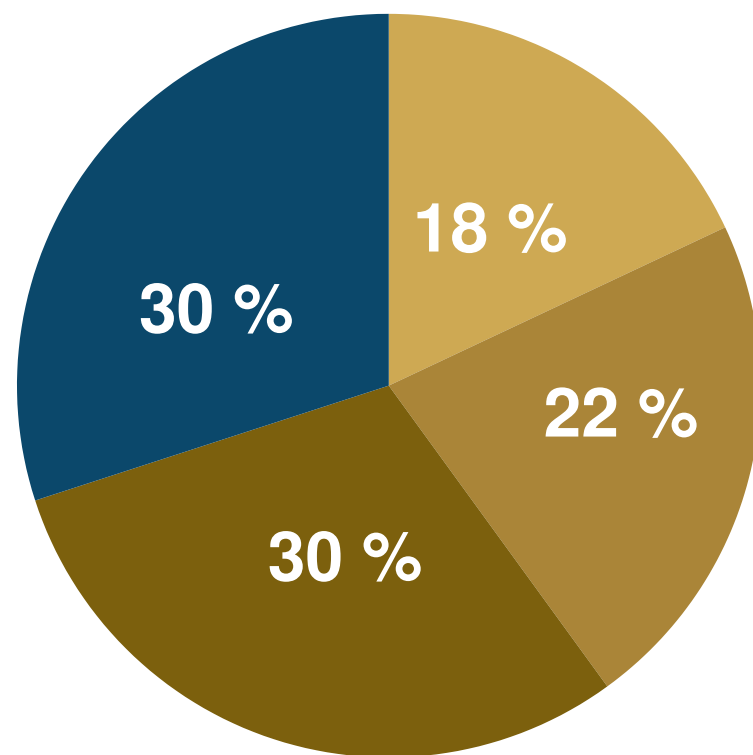
Gesellschaftliche Relevanz



Die meisten Menschen erleben ein traumatisches Ereignis im Verlauf ihres Lebens.



Die Wahrscheinlichkeit zumindest ein traumatisches Ereignis im Verlauf des Lebens erlebt zu haben liegt bei 70 Prozent.



Von den Befragten erlebten 30 % kein traumatisches Ereignis.

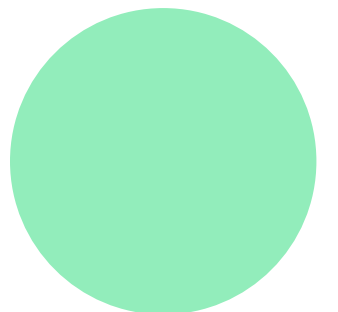
18 % erlebten eine traumatische Erfahrung,
22 % wurden mit zwei bis drei traumatischen Ereignissen
konfrontiert und
30 % erlebten vier oder mehr traumatische Erfahrungen.

Abgefragt wurden 29 Arten von traumatischen Ereignissen.²



Wie wirken die Erfahrungen von Traumata in Organisationen?

- 1** Personenbezogen
(von Menschen mitgebracht)
- 2** Organisationsbezogen
(in der Organisation verursacht)
- 3** Gesellschaftsbezogen
(in der Gesellschaft verursacht)



TRAUMA- REAKTIONEN ZEIGEN SICH AM ARBEITSPLATZ, OHNE ALS SOLCHE ERKANNT ZU WERDEN.

01

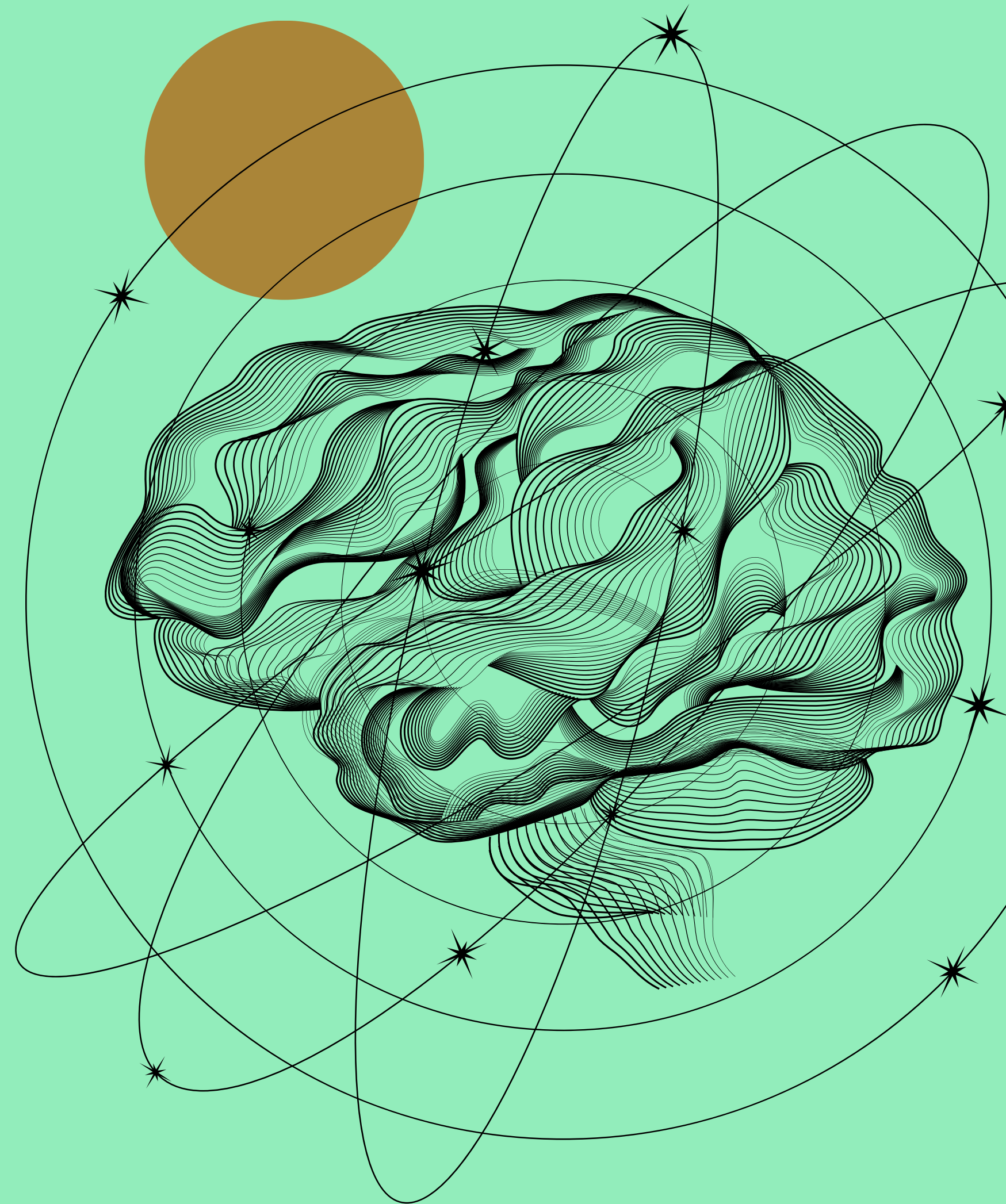
Bei Menschen, die Traumata erlebt haben, kann es im Sinne einer gelernten Alarmbereitschaft leichter zu Stressreaktionen kommen auf die mit instinktiven Verhaltensweisen wie Kampf und Flucht oder Schockstarre und Unterwerfung reagiert wird.

02

Eine emotionale Über- oder Untererregung kann in einem undefinierbaren Wechsel auftreten. Es kann sein, dass man abwechselnd blockiert und angespannt ist oder auf einen Reiz aggressiv oder explosiv reagiert, ohne zu wissen warum.³

**Trauma-Kompetenz
bedeutet traumareaktive
Muster zu erkennen und
konstruktiv mit ihnen
umzugehen.**

**Das setzt voraus, dass
man ein Bewusstsein für
Trauma entwickelt hat und
trauma-informiert ist.**



Der Weg zur Trauma-Kompetenz?

01

Bewusstsein schaffen
(Anerkennung und
Normalisierung)

Weiterbildung

Wissen bereitstellen

02

Resilienz & Empathie
stärken

Psychologisch sichere
Arbeitsumgebung

Trauma-Kompetenz-
Trainings

03

Nationale Trauma-Strategie



Quellen

Vgl. Plassmann, Reinhard (2013) Transformationsprozesse in der Traumatherapie. Einführung in die Prozessorientierte Psychotherapie
<https://www.praxisplassmann.de/startseite/veroeffentlichungen>

Vgl. Benjet, C. et al. (2016) The epidemiology of traumatic event exposure worldwide: results from the World Mental Health Survey Consortium. Psychological medicine vol. 46,2 (2016): 327-43.
doi:10.1017/S0033291715001981

Vgl. Van der Kolk, B. A. (2015) The body keeps the score: brain, mind, and body in the healing of trauma. NY: Penguin Books.

<https://www.stiftungfuerzukunftsfragen.de/so-blicken-die-deutschen-auf-das-jahr-2024/>

In Kontakt bleiben



© create encounter, Ivana Scharf, Berlin 2024

Alle Rechte der Präsentation liegen bei der Autorin. Die Charts und deren Inhalte sind Bestandteil einer mündlichen Präsentation und können ohne diese zu Missverständnissen führen. Veröffentlichung nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorin.



IVANA SCHARF

M.A.

Geschäftsführerin

+49_30_257_98_636

+49_176_834.54.902

create encounter bln GmbH

Potsdamer Str. 73, 10785 Berlin

ivana.scharf@create-encounter.com

www.create-encounter.com

