

# EBTS

---

Evidence Based Trauma Stabilization



# Inhalt

---

- Anwärmung
- EBTS – die Idee
- Aufbau des EBTS-Trainings und des Eltern-Kind-Programms
- Forschung
- Psychoedukation
- Spieleinheiten
- Rückmeldungen und Nebeneffekte

08.06.2024

DFP | EBTS | Tobias Glauch



# EBTS – die Idee

---



# EBTS-Projekt 2017 - 2019



Die **Grundidee des Projektes** entstand bereits vor 2015 während einer Kinderpsychodrama-Weiterbildung in Gaza, Der Gazastreifen hat ca. 2 Mio. Einwohner (davon ca. 1 Mio. Kinder).

**Ziel des Projektes:** Entwicklung eines Evidence Based Trauma Stabilization (EBTS) Trainings und Programms.

- a) Training:** Fachkompetenz von Helfer\*innen, die mit Flüchtlingsfamilien, asylsuchenden und Immigrantenfamilien arbeiten, erweitern und zur Vorbeugung sekundärer Traumatisierung. Kenntnisse zur Durchführung des EBTS-Programms mit Familien.
- b) Programm:** Hilfe zur Selbsthilfe, Hilfestellung zur Stabilisierung nach traumatischen Erfahrungen, Vorbeugung möglicher posttraumatischer Belastungsstörungen durch Psychoedukation, sowie resilienz- und bindungsorientiertes Spiel zwischen Elternteil und Kind.

**Zwei grundlegende Elemente des Programms:**

- Psychoedukation: basierend auf Traumatheorien und Bindungstheorie
- Spieleinheiten: Kinderpsychodrama



# Forschung

---



# Beforschung des Programms

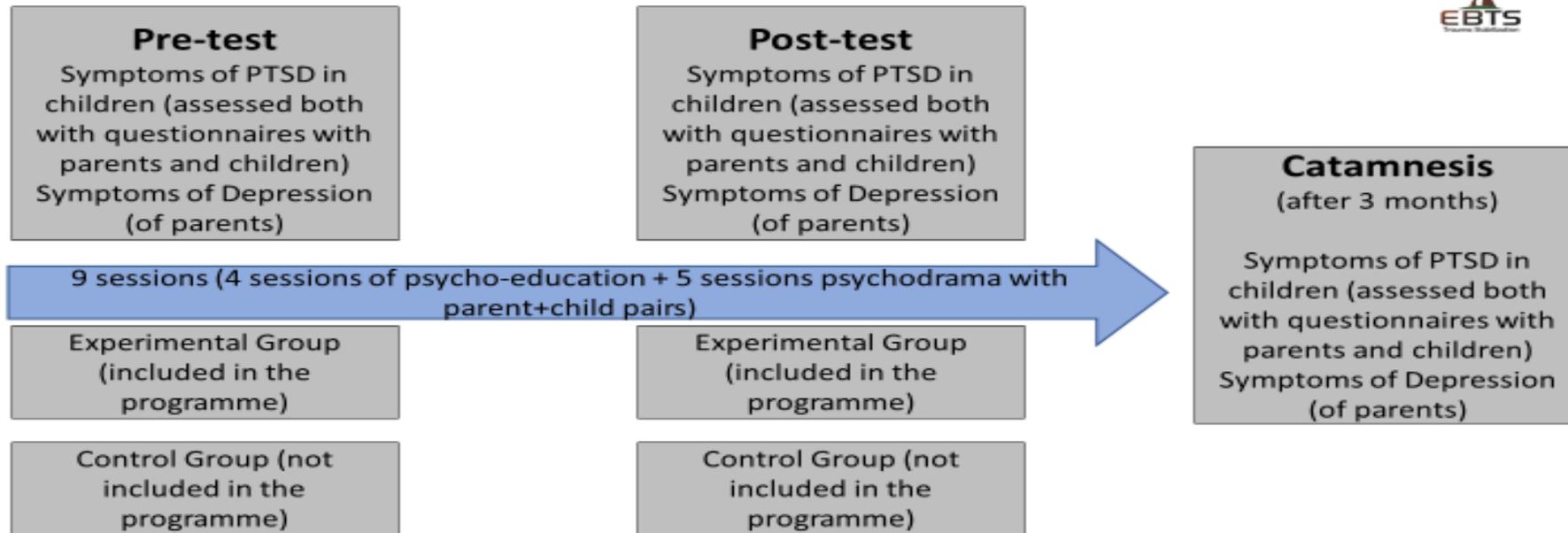


## Hypothese:

Die Symptome von PTBS und Depression werden nach der Durchführung des Programms abnehmen.

Drei verschiedene Befragungen mit je zwei Durchläufen: die Eltern über sich, die Eltern über ihre Kinder, die Kinder über sich.

## Methodology



June 15th, 2019 IAGP Congress

Impact Evaluation of EBTS Programme and Training

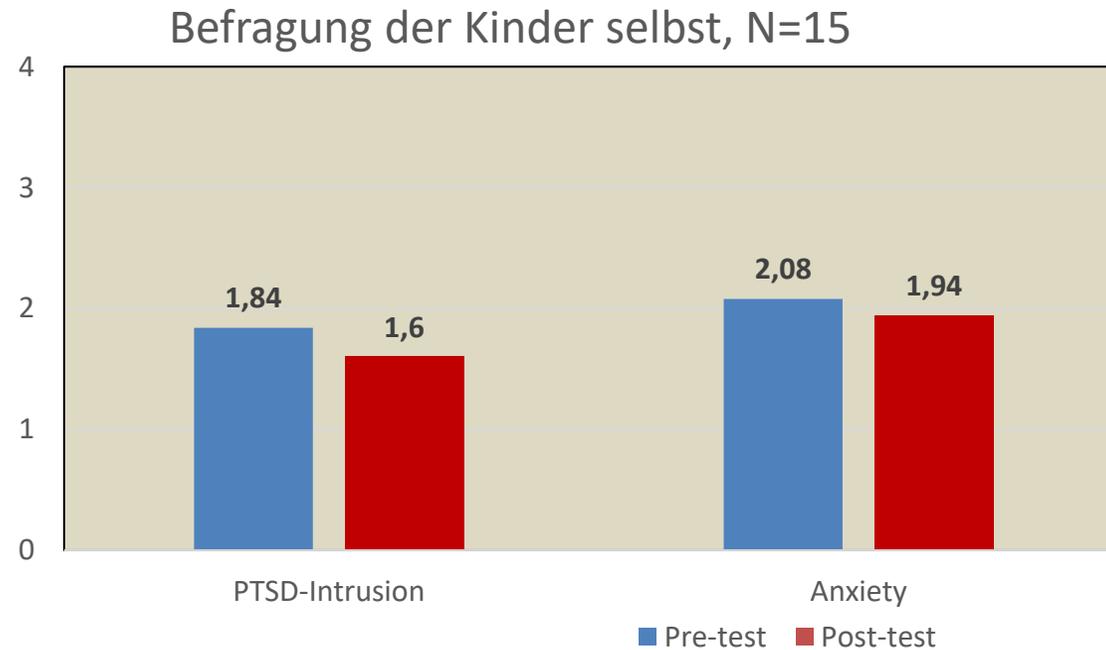
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

6

# Ergebnisse der Befragung



In Deutschland, Bulgarien und Finnland haben 15 Kinder und 16 Elternteile an der qualitativen Befragung vor und nach Durchführung des Programms teilgenommen – mit erfreulichen Ergebnissen:

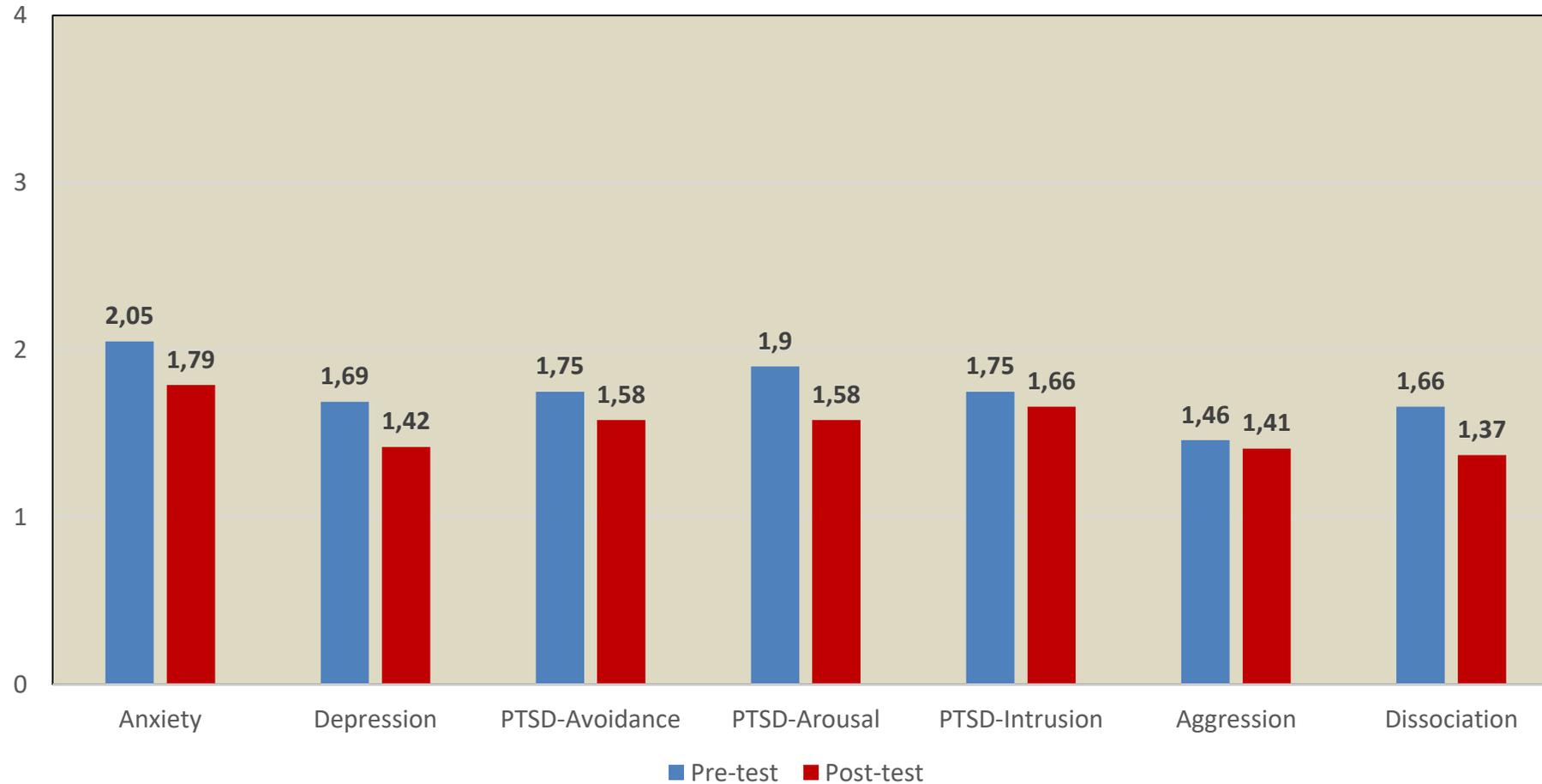


Die Ergebnisse der befragten Kinder zeigen eine Reduktion der möglichen Symptome einer Posttraumatischen Belastungsstörung.

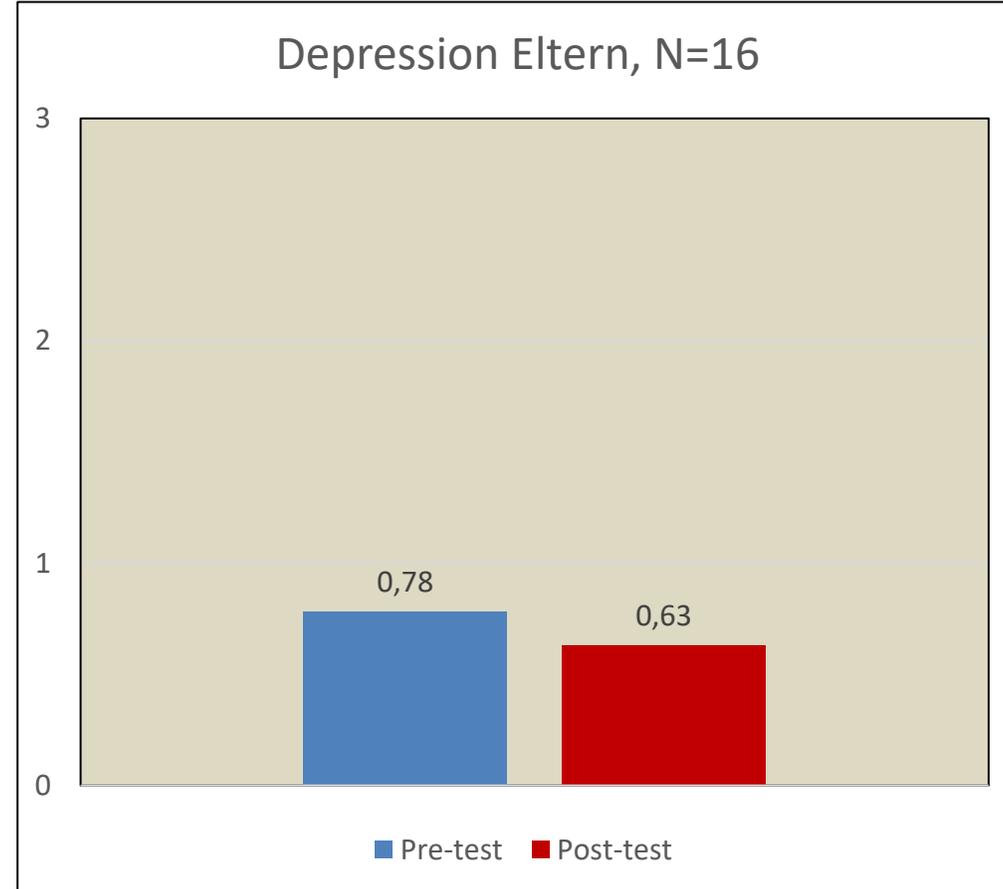
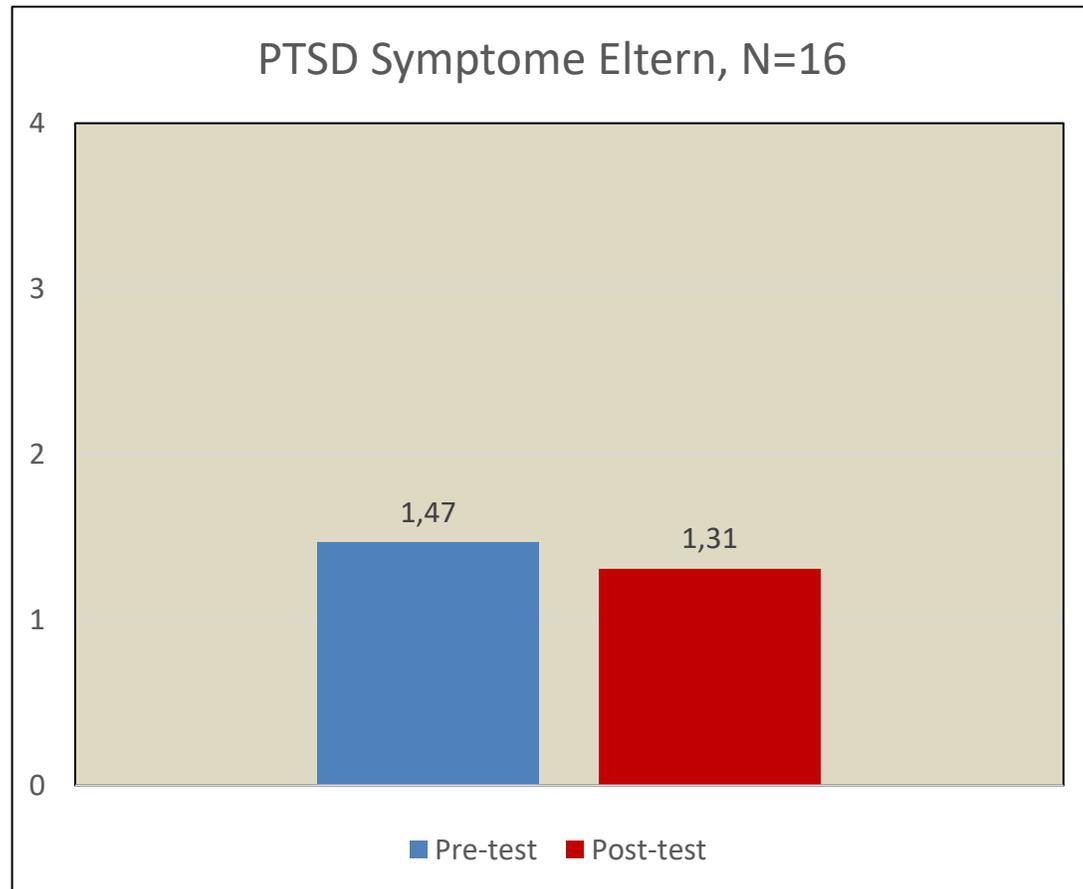
# Ergebnisse der Befragung



Befragung der Eltern über ihre Kinder, N=15



# Ergebnisse der Befragung



# Aufbau des EBTS-Trainings und des Eltern-Kind-Programms

---



# Merkmale des Programms

9 Sitzungen (je ca. 60 Minuten) in 4-8 Wochen

Jede Sitzung:

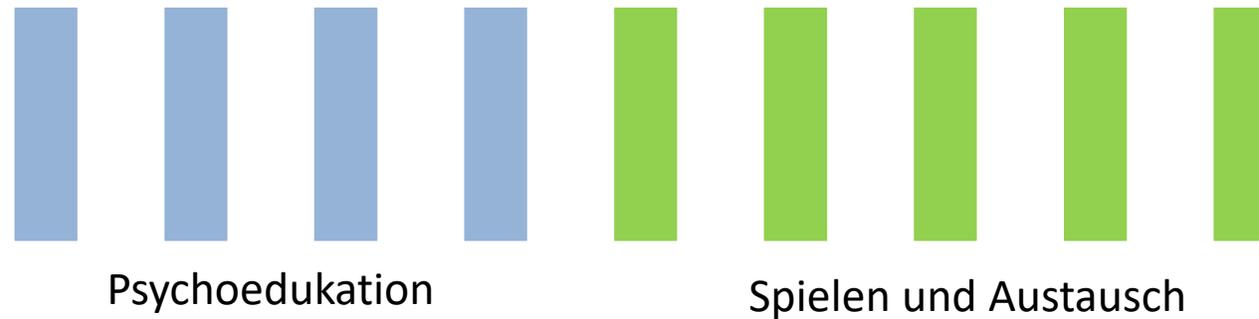
- ermöglicht es den Kindern und den Eltern, eine sichere Bindung zueinander zu erfahren
- demonstriert Stabilisierungstechniken zur Selbstberuhigung
- ist einfach, kindgerecht und für Alltagssituationen anwendbar
- ist für 2-6 Elternteile mit jeweils einem Kind im Alter von ca. 5-9 Jahren geeignet
- bedient sich ritualisierter und standardisierter Abläufe



# Aufbau des EBTS-Trainings und des Eltern-Kind-Programms



## EBTS-Programm (9 Einzelsitzungen)



### Psychoedukation (Sitzungen 1-4)

- Eltern sind **ohne** Kinder anwesend
- EBTS-Leitung informiert die Eltern über Stress, Trauma und mögliche PTBS, Selbstfürsorge, Resilienz und Spielen

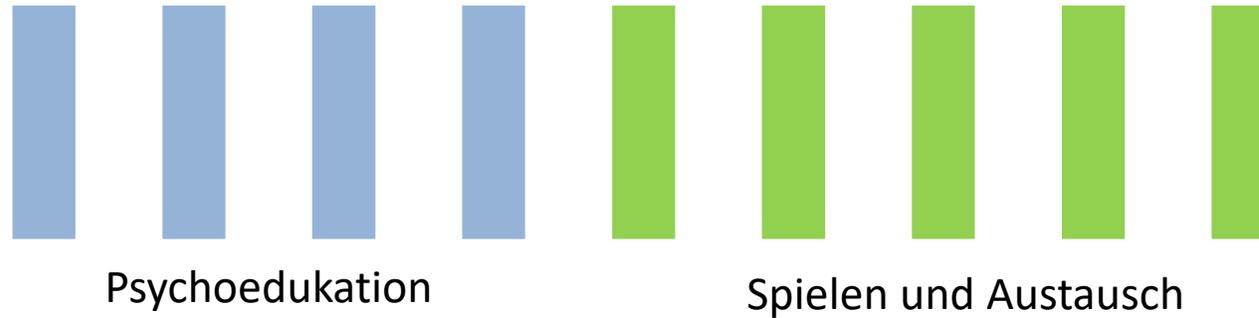
### Spielen und Austausch (Sitzungen 5-9)

- Eltern **und** Kinder sind anwesend: strukturiertes Spiel, unterstützt durch eine von der EBTS-Leitung vorgelesene Geschichte
- Eltern: Austausch, Kinder währenddessen betreut von Co-Leitung

# Aufbau des EBTS-Trainings und des Eltern-Kind-Programms



## EBTS-Programm (9 Einzelsitzungen)



### Einheit 1

- Stress und mögliche Auswirkungen auf den Körper
- Stresstoleranzfenster
- Trauma

### Einheit 2

- Gehirn und Trauma
- Abwehrmechanismen
- mögliche PTBS

### Einheit 3

- Selbstfürsorge
- Ressourcenarbeit
- Resilienzübungen

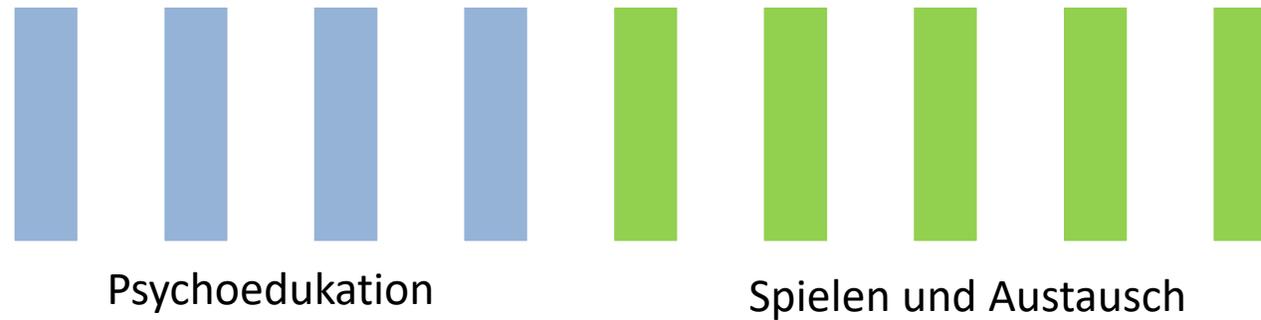
### Einheit 4

- Grundbedürfnisse
- Bedeutung des Spiels
- Wie Kinder spielen

# Aufbau des EBTS-Trainings und des Eltern-Kind-Programms



## EBTS-Programm (9 Einzelsitzungen)



Einheit 5  
Das Bärenal

Einheit 6  
Der Biberdamm

Einheit 7  
Besuch der Heldin/  
des Helden

Einheit 8  
Der Fuchs

Einheit 9  
Belobigung durch  
den Bärenkönig

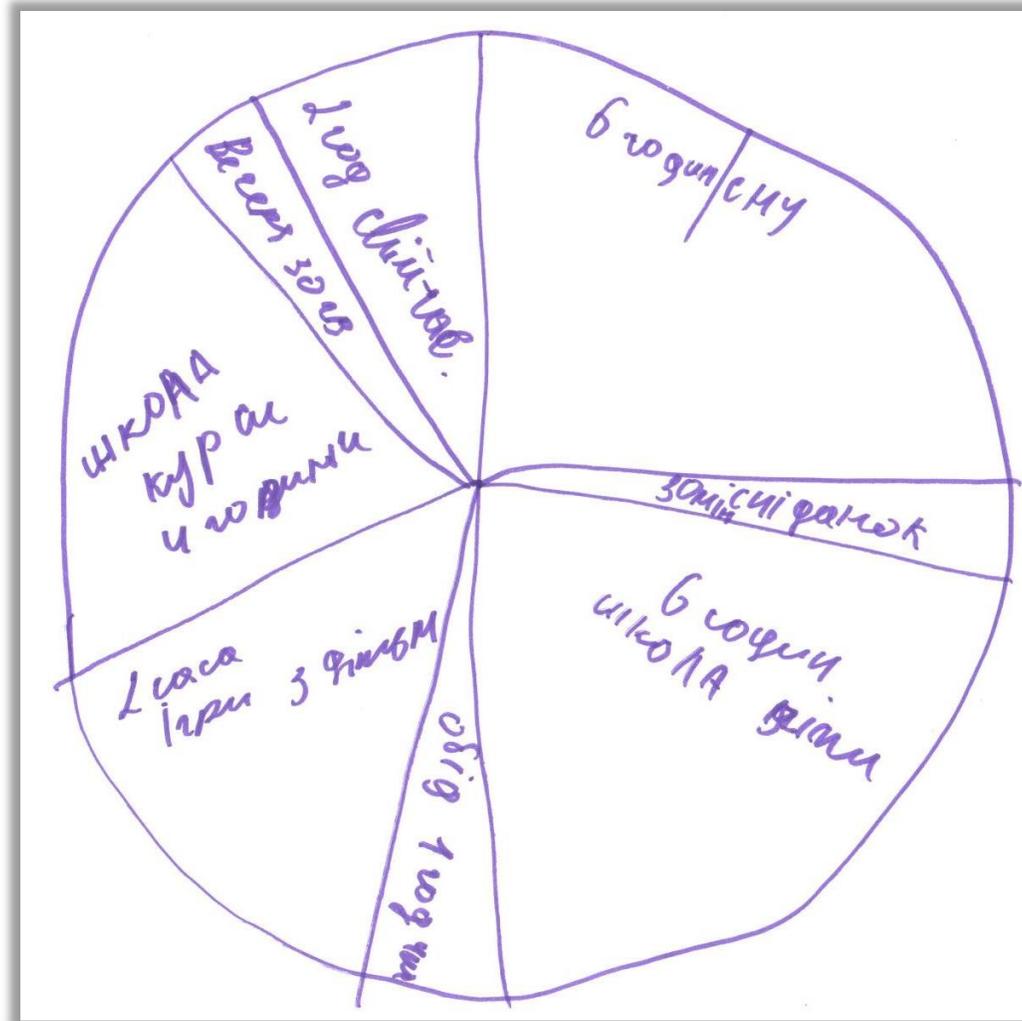
# Psychoedukation

---

Wissen schafft Orientierung.  
Orientierung schafft Sicherheit.



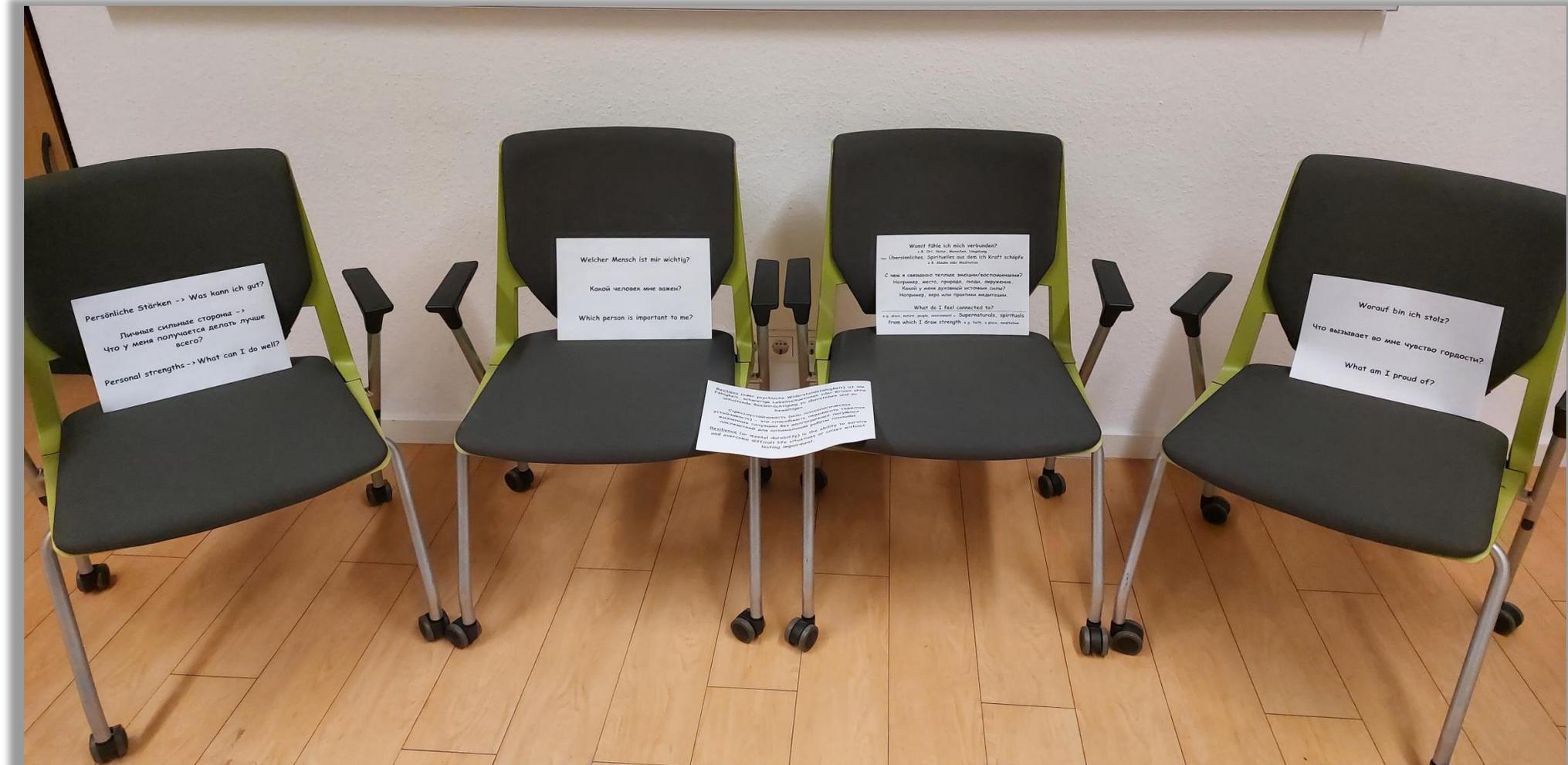
# Selbstfürsorge - Pizzaübung



# Selbstfürsorge - Ideensammlung



# Resilienz – 4-Stühle-Übung



# Spieleinheiten

---





***„Es gibt nichts Wunderbareres und Unbegreiflicheres und nichts,  
was uns fremder wird und gründlicher verloren geht  
als die Seele des spielenden Kindes.“***

*(Hermann Hesse)*

"Spielen ist eine Tätigkeit,  
die man gar nicht ernst  
genug nehmen kann."

*Jacques-Yves Cousteau*

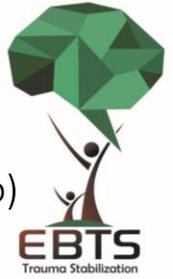
© QuotesBox.org



***„Spielen ist die Sprache der Kinder und der Königsweg, um sie zu erreichen.“***

*(Alfons Aichinger)*

# Kinderpsychodrama



Psyche (altgriechisch) = Seele; Drama (altgriechisch) = Handlung. „Die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründen“ (Moreno)

Kinder möchten nicht über Probleme reden oder Konfliktsituationen reinszenieren.

Kinder drücken ihre Gefühle im Spiel aus. Spielen ist die Sprache der Kinder.

Kinderpsychodrama ist eine Spieltherapiemethode für Kinder, die insbesondere durch Alfons Aichinger entwickelt wurde.

Im gemeinsamen Gruppenspiel sollen Kinder durch das Spielen emotional entlastet werden, ihre Stärken und Ressourcen entdecken und ihre Resilienz ausbauen.

In den vorgegebenen Rollenspielen werden die Grundbedürfnisse der Kinder durchgängig angesprochen und jedes Kind hat die Möglichkeit, seine Bedürfnisse auszuleben und entsprechende Ressourcen für sich daraus zu ziehen.

Die Grundbedürfnisse nach Klaus Grawe, auf denen auch die Gruppenspiele des EBTS-Programms beruhen:

- Bindung (und Sicherheit)
- Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz (Lob und Wertschätzung)
- Lustgewinn/ Unlustvermeidung (Freude)
- Orientierung und Kontrolle (Selbstwirksamkeit)

# Geschichten aus dem Bärenal



# Geschichten aus dem Bärenal



# Geschichten aus dem Bärenal



# Geschichten aus dem Bärenal



# Rückmeldungen und Nebeneffekte

---



# Rückmeldungen

*„Mir hat es sehr gefallen, Zeit mit meinem Kind zu verbringen ohne andere Dinge erledigen zu müssen.“*

*„Ich habe vieles Neues gelernt.“*

*„Mir haben die Treffen gut gefallen.“*

*„Ich habe mal eine Stunde nicht die Nachrichten gesehen, sondern Zeit mir meinem Kind verbracht.“*

*„Ich habe Ideen bekommen, was ich für mich in der Freizeit machen kann.“*

*„Ich fand es schön, mit meiner Mama eine Höhle zu bauen.“*

*„Am besten fand ich, die Fische zu fangen.“*

*„Wir haben den Fuchs verjagt!“*



## Nebeneffekte



Der Kontakt zwischen den Familien in den Unterkünften oder Schule wurde hergestellt oder intensiviert.

Familien mit ähnlichen Themen konnten zusammengeführt werden. *„Ich bin nicht alleine mit meinen Problemen.“*

Beziehungen zwischen teilnehmenden Kindern haben sich in den Unterkünften und Schule aufgebaut.

*„Hier konnte ich mal Deutsch ausprobieren. Ich habe einiges verstanden. Ich habe sonst kaum Kontakt zu Deutschen.“*

Kooperation mit stadtteilbezogenen Einrichtungen / Netzwerkarbeit hat stattgefunden.

# Literaturempfehlungen



## **Kinderpsychodrama:**

- Aichinger, Alfons, & Holl, Walter (2010). *Gruppentherapie mit Kindern. Kinderpsychodrama. Bd. 1.* Springer VS, Wiesbaden.
- Aichinger, Alfons (2011). *Resilienzförderung mit Kindern. Kinderpsychodrama. Bd. 2.* Springer VS, Wiesbaden.
- Aichinger, Alfons (2012). *Einzel- und Familientherapie mit Kindern. Kinderpsychodrama. Bd. 3.* Springer VS, Wiesbaden.
- Aichinger, Alfons (2006). *Die Sehnsucht des kleinen Bären.* Informationen für Erziehungsberatungsstellen, 1/2006, S. 16-25, Ulm.

## **Grundbedürfnisse:**

- Borg-Laufs, Michael & Dittrich, Katja (Hrsg.) (2010). *Psychische Grundbedürfnisse in Kindheit und Jugend. Perspektiven für Soziale Arbeit und Psychotherapie.* Dgtv, Tübingen.
- Grawe, Klaus (2004): *Neuropsychotherapie.* Hogrefe Verlag, Göttingen.

## **Spielen:**

- Kestly, Theresa (2017). *Interpersonelle Neurobiologie des Spielens.* Arbor Verlag, Freiburg im Breisgau.

## **Trauma:**

- Hantke, Lydia & Görge, Hans-Joachim (2023). *Handbuch Traumakompetenz. Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik.* Junfermann Verlag, Paderborn.
- Reddemann, Luise (2020). *Trauma verstehen, bearbeiten, überwinden: Ein Übungsbuch für Körper und Seele.* Trias Verlag, Stuttgart.
- <https://traumawissen.de/infografiken/>
- <https://www.degpt.de/>

Weitere Infos:

Szenen - Institut für Psychodrama, Köln  
[www.szenen-institut.de](http://www.szenen-institut.de)

[tobias.glauch@gmx.de](mailto:tobias.glauch@gmx.de)



Vielen Dank für  
eure Aufmerksamkeit

---

