



**UNUM** institute

Ganzheitliches Trauma-  
und Schmerz-Kompetenzzentrum

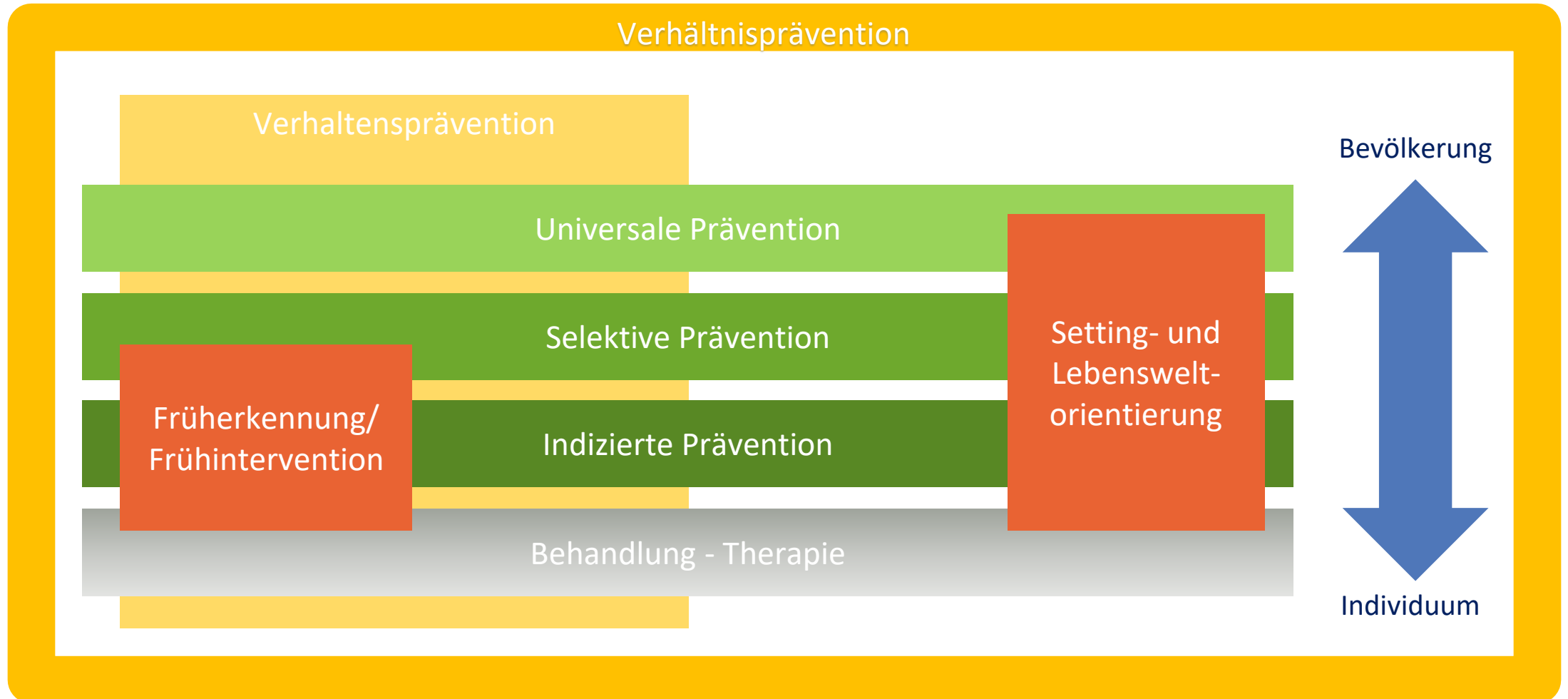
# TrauMaTrix Suchtprävention

Wolfgang Hainz – Evelin Mahlknecht  
Forum Prävention, Bozen



UNUM institute

Ganzheitliches Trauma-  
und Schmerz-Kompetenzzentrum



# Trauma?

*Psychisches Trauma ist ein vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und den individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit Gefühlen von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht.“*

*Fischer und Riedesser (1998)*

Griech. „Wunde“ oder  
„Verletzung der Seele“

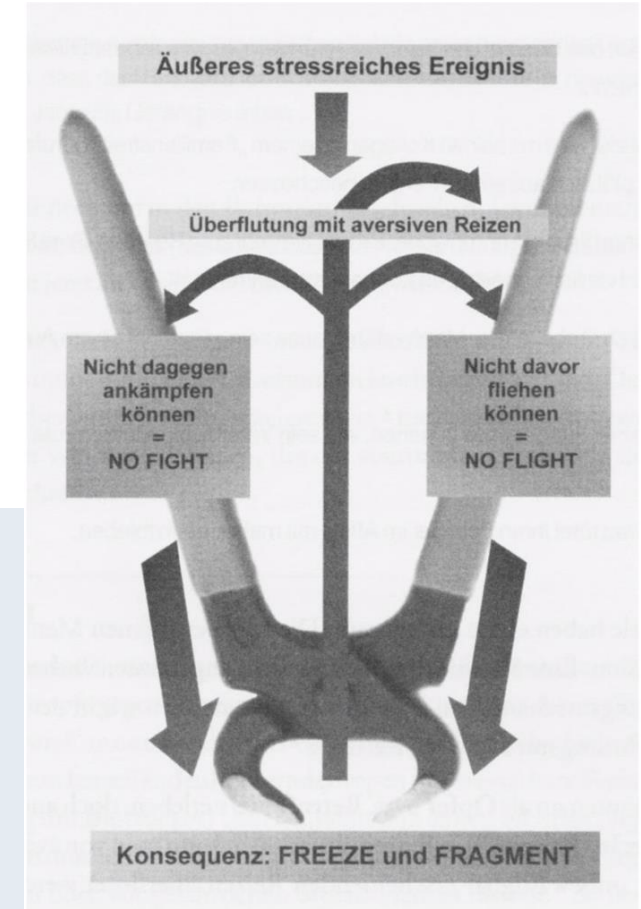
Traumafolgen sind  
NORMALE Reaktionen,  
NORMALER Menschen auf  
NICHT NORMALE Situationen.



# Die traumatische Zange

resultiert aus:

- **Überflutende Angst** (Schock, Kollaps, Kurzschluss mit ‚Es-ist aus-Gefühl‘, Todesnäheerleben)
- **Hilflosigkeit** - nicht entfliehen können
- **Ohnmacht** - nicht dagegen ankämpfen können
- **Kampf und Flucht** (die onto- u. phylogenetisch verankerten Reaktionsmöglichkeiten auf Angst und Schmerz) sind blockiert



zitiert aus: Besser, L. (2006): EMDR-Kindercurriculum 2006. Traumatherapie und EMDR bei Kindern und Jugendlichen. Isernhagen. ([www.zptn.de](http://www.zptn.de)); der Begriff „Traumatische Zange“ stammt von Michaela Huber

# Sucht?

Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist jemand süchtig, wenn mindestens drei der aufgeführten Punkte gleichzeitig während des letzten Jahres aufgetreten sind.

- **unwiderstehliches, starkes Verlangen** zu konsumieren
- **verminderte Kontrollfähigkeit** über Zeitpunkt, Dauer und die Menge des Konsums
- **Entzugerscheinungen**
- **Toleranzentwicklung** und **Dosissteigerung**
- fortschreitende **Vernachlässigung anderer** Interessen und Lebensbereiche
- **erhöhter Zeitaufwand** für Konsum, Beschaffung und Regeneration
- **anhaltender Konsum** trotz schädlicher Folgen



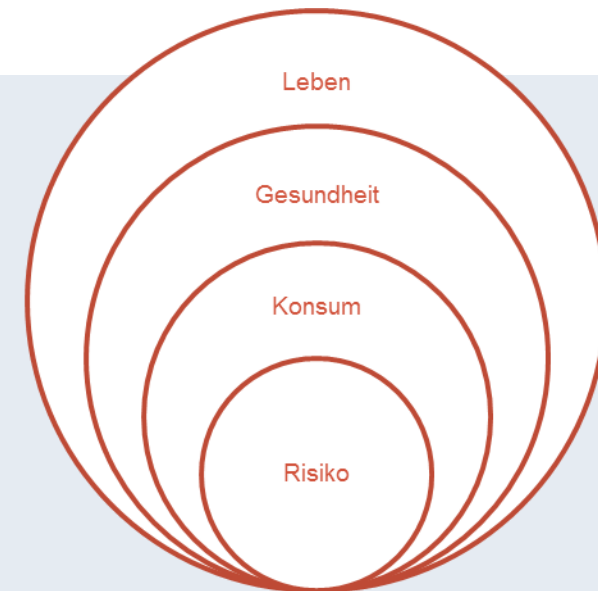
# Konsumkompetenz

*„Fähigkeiten, welche dem Einzelnen dabei helfen,  
das Konsumverhalten so zu gestalten,  
dass die eigene, körperliche, geistige und soziale Gesundheit,  
aber auch die Gesundheit des Umfelds erhalten wird.“*



Wissen als Grundvoraussetzung  
Informationsverarbeitung  
Emotionale Kompetenz  
In eigene Konsumhaltung integrieren

► Eine Balance finden zwischen unbewussten  
Handlungsimpulsen und reflektierten Entscheidungen



# Risiko einschätzen

Konsumgewohnheiten  
Schule oder Arbeit  
Hobbys und Aktivitäten  
Familie

Freund\*innen  
Partnerschaft oder andere Beziehungen  
Wichtige Lebensereignisse  
Interessen, Wünsche  
Aktuelle Sorgen, Belastungen  
Umgang mit Gefühlen, Unwohlsein, Stress  
Risikobewusstsein



# Auf welche Anzeichen sollte man besonders achten?



Exzessiver Konsum (hohe Dosierungen bis zum Knockout, häufiger und regelmäßiger Konsum, Mischkonsum, "harte" Drogen, kein oder niedriges Risikobewusstsein...)

Frühes Einstiegsalter

Kontrollverlust bei Versuch den Konsum zu reduzieren oder zu stoppen

Negative Auswirkungen auf andere Bereiche des Lebens (Arbeit, Schule, Beziehungen, Freizeit)

Fällt der Beginn des Konsums mit einem belastenden/einschneidenden Ereignis zusammen? Was hat sich zum besagten Zeitpunkt oder kurz davor verändert?

Geringer Selbstwert, innere Unruhe, Schlafstörungen, ... in Kombination mit Konsum

Körperliche Beschwerden oder schwer erklärbare Symptome

PTBS Symptome



# Trauma- sensibles Arbeiten

„Traumatherapeutische Angebote (...) benötigen traumapädagogische Rahmenbedingungen im Alltag der Kinder und Jugendlichen. Nur in dieser Entsprechung lässt sich die erforderliche Sicherheit herstellen.“  
Jochen Wolf-Strauß



## Konzept des guten Grundes

„Alles, was ein Mensch zeigt, macht in seiner Geschichte Sinn!“

## Wertschätzung

„Es ist gut, so wie du bist“

## Partizipation

„Ich traue dir was zu und überfordere dich nicht“

## Transparenz

„Jeder hat ein Recht auf Klarheit“

## Spaß und Freude

„Viel Freude trägt viel Belastung“

# Trauma- sensibles Arbeiten

Die Wichtigkeit der Haltung



## Erkennen

Wissen erweitern

## Verstehen

Zusammenhänge herstellen

## Erklären

Psychoedukation

## Stabilisieren

Alternativen, Strategien, Stress- und Gefühlsregulation

## Begleiten

Integration in den Alltag

## Weitervermitteln

Einrichtungen, Therapie

# Trauma- sensibles Arbeiten

Was können Fachkräfte tun?





Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontaktieren Sie uns

E-Mail: [office@unum.institute](mailto:office@unum.institute)

Telefon: 01 123 234 123

[www.unum.institute](http://www.unum.institute)



[www.forum-p.it](http://www.forum-p.it)