

# **Das Traumaviereck**

## **Eine Reflexionskarte in der Teaminterviewision**

Schriftliche Ausarbeitung zur Weiterbildung  
„Ressourcenorientierte Traumapädagogik und Traumazentrierte Fachberatung“  
des Institut Berlins von Februar 2018 – September 2018 in Bielefeld

Vorgelegt von

Nadine Wehner  
n.wehner@trau-dich-bs.de

Arbeitsstelle

Frauen- und Mädchenberatung bei  
sexueller Gewalt e.V.  
Münzstraße 16  
38100 Braunschweig

Datum der Abgabe der schriftlichen Ausarbeitung: 07.09.2018

Datum der Projektvorstellung in der Weiterbildung: 01.09.2018

## Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung .....	1
2. Die theoretischen Grundlagen des Traumavierecks .....	2
2.1 Die Rollen im Traumaviereck .....	3
2.2 Die fünfte Rolle: Die empathische Zeugin .....	4
3. Die Reflexionskarte zum Traumaviereck .....	4
4. Das Nutzen der Reflexionskarte .....	5
5. Abschluss.....	6
6. Literaturverzeichnis .....	7
7. Anhang Reflexionskarte .....	8

**„Der einzige Fehler ist fast immer, zu glauben, dass mein Standpunkt der einzige ist, von dem aus man die Wahrheit sehen kann.“  
-Jorge Bucay**

## 1. Einleitung

Die Möglichkeit der Reflexion von Dynamiken des HelferInnensystems mittels des Traumavierecks lernte ich im dritten Block der Weiterbildung bei Britta Woltereck kennen. Bis dato war mir diese Reflexionsmöglichkeit nicht bekannt. Ich sah das Traumaviereck als gute Möglichkeit, in der Zukunft einen Perspektivwechsel zu erhalten. Dies für den Fall, dass ich in Beratungsgesprächen feststelle, dass eine zwischenmenschliche Dynamik in Gang kommt, die sich negativ auf die Beratung und damit auf die Klientin auswirkt. Mithilfe des Traumavierecks lässt sich die Dynamik erkennen und es lassen sich Möglichkeiten erarbeiten, die dazu beitragen können, wieder eine professionelle Rolle in der Beratung einzunehmen. Für mich stellt das Traumaviereck daher eine sehr wertvolle Reflexionsgrundlage dar.

Die Arbeit mit dem Traumaviereck benötigt meines Erachtens ein Team, so dass außenstehende Personen unterstützen können, die Dynamik zu erkennen und zu durchbrechen. Ohne Team ist das schwer möglich, da eigene Verwicklungen aufgrund langjähriger Gewohnheiten und eigenen Rollenerfahrungen (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 141 f.) das Erkennen und Bearbeiten der Dynamik verhindern können. Ich möchte daher das Traumaviereck meinem Team vorstellen und es visuell in einer Reflexionskarte so aufarbeiten, dass wir es in Intervisionen gemeinsam gut nutzen können.

Da ich das Traumaviereck als sehr wertvolle Reflexionsgrundlage erachte und das Team aus meiner Sicht hierfür eingebunden werden muss, habe ich mich in dieser schriftlichen Ausarbeitung mit dem Traumaviereck und dessen praktischer Anwendung befasst. Die Arbeit wird sich vor allem auf Notfallreaktionen aufgrund sexualisierter Gewalt beziehen, da dies mein Arbeitskontext ist.

Im ersten Teil der Ausarbeitung stelle ich das Traumaviereck vor, indem ich die theoretischen Grundlagen und die Rollen im Traumaviereck beschreibe. Besondere Bedeutung messe ich hierbei der Rolle der empathischen Zeugin zu, da diese eine professionelle Rolle widerspiegelt, die gehalten bzw. zurückgewonnen werden kann.

Im zweiten Teil zeige ich auf, wie ich das Traumaviereck im Rahmen einer Reflexionskarte aufgearbeitet habe und wie wir in Teamintervisionen gemeinsam damit arbeiten können. Hierfür stelle ich die Reflexionskarte vor und beschreibe deren Ziele.

Anschließend stelle ich rudimentär dar, wie die Reflexionskarte in Teamintervisionen eingesetzt werden könnte.

Ich beende die Arbeit mit einem Abschluss, um die gewonnenen Erkenntnisse meiner Ausführungen zusammenfassend darstellen zu können.

Ich erhoffe mir mit diesen Ausführungen zum Traumaviereck, die Qualität meiner Arbeit und die Arbeit des Teams durch einen wertvollen Baustein erweitern zu können.

## 2. Die theoretischen Grundlagen des Traumavierecks

Die im folgenden ausgeführten theoretischen Grundlagen können als Basis zur Einführung des Traumavierecks im Team genutzt werden. Ich werde darauf bei der Vorstellung im Team zurückgreifen.

Menschen bewegen sich alltäglich in ihren Rollen. Ich selbst bin z.B. Tochter, Schwester, Enkelin, Partnerin, Freundin, Trainerin, Sozialarbeiterin, Fortbildungsteilnehmerin uvm. Es ist normal, im Alltag zwischen diesen Rollen zu wechseln, d.h. sehe ich am Morgen noch meinen Bruder, behalte ich die Rolle der Schwester nicht in der Fortbildung bei, an der ich z.B. zwei Stunden später teilnehme. Ich wechsele meine Rolle zur Fortbildungsteilnehmerin. (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 137 f.) Dieses Rollenverständnis ist grundlegend für die Arbeit mit dem Traumaviereck. Das hat folgenden Grund:

Notfallreaktionen, die auf dem Erleben zwischenmenschlicher Gewalt -sog. „man-made-disaster“- basieren, unterscheiden sich maßgeblich, von z.B. Notfallreaktionen aufgrund von Naturkatastrophen (vgl. Krueger 2013, S. 57). „Traumata, die durch Vergewaltigung, politische Verfolgung oder Folter hervorgerufen werden, sind Ergebnisse einer sozialen Interaktion innerhalb gesellschaftlicher Machtverhältnisse, durch die Individuen oder Gruppen absichtlich geschädigt werden“ (ebd.).

Die Folgen von Gewalt sind auf der Grundlage des Wissens um soziale Interaktion in traumatischen Situationen nicht alleine auf Körpererinnerungen und damit auf eine individualisierende Ebene zu reduzieren. Zu den Körpererinnerungen zählen z.B. Notfallreaktionen, wie eine Dissoziation in die Überspannung aufgrund eines an das traumatische Erlebnis bewusst oder unbewusst wahrgenommen Auslösers (Trigger) (vgl. Hantke/Görges 2012 S. 87 ff.). Neben diesen Körpererinnerungen ist ebenfalls das Erinnern an Beziehungsgeflechte und Rollenverhalten, die während der Gewaltsituation bestanden, relevant. (vgl. ebd., S. 138)

Erfährt ein Mädchen z.B. sexualisierte Gewalt durch ihren Großvater<sup>1</sup>, könnte es sein, dass sie ihn dabei als machtvoll und dominant und sich selbst als ängstlich und ohnmächtig erlebt. Das wäre eine völlig normale Wahrnehmung in dieser Situation, da sexualisierte Gewalt „Ausdruck von Machtstreben und egozentrischem Willen des Angreifers“ (Schäfer 2004, S. 69) ist. Steht das Mädchen im Erwachsenenalter einem Chef gegenüber, den sie ebenfalls als dominant erlebt, könnte sie erneut, durch die unverarbeitete Erinnerung an die Gewaltsituation mit dem Großvater, ein ängstliches Verhalten zeigen. Diese Beziehungserinnerungen, die aufgrund von Bindungserfahrungen gemacht werden, können so weit gehen, dass sie als Art „Charakterzug“ wahrgenommen werden. (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 91) Das liegt daran, dass unser Körper die Verhaltensweisen nutzt, die erprobt sind, die zum Überleben beigetragen haben und in denen er sich sicher bewegen kann. Das unabhängig davon, ob die Verhaltensweisen schädlich oder nicht passend sind. (vgl. ebd., S.140)

Die Beziehungsmuster von Menschen, die Traumatisches erlebt haben, können in vier Rollen unterteilt werden, die jeweils verschiedene Funktionen erfüllen: Täter, Opfer, Retter und Mitwisser. (vgl. ebd., S. 138 f.) KlientInnen können die Personen im Helfersystem aufgrund ihrer erlernten Beziehungs- und Rollenerinnerungen, durch bewusstes oder unbewusstes Verhalten, in bestimmte Rollen einladen. Je nachdem, welche Beziehungs- und Rollenerinnerungen die HelferInnen haben, könnten sie unreflektiert bestimmte Rollen annehmen oder die KlientInnen selbst in bestimmte Positionen einladen. Eine Reinszenierung der Beziehungserinnerung und damit der Gewaltsituationen könnte die Folge sein. (vgl. ebd., S. 164) Dies verdeutlicht, dass es bedeutend ist, wie wir einzelnen und die Gesellschaft mit Menschen umgehen, die Gewalt

---

<sup>1</sup> Mädchen und Frauen erleben zu 2/3 sexualisierte Gewalt im sozialen Nahbereich (vgl. Wetzel/Pfeiffer 1995, S.16), d.h. z.B. durch Familienmitglieder, Bekannte, Freunde, Lehrer usw.

erlebt haben. Unser Verhalten kann dazu beitragen, dass Menschen die erlebte Gewaltsituation ver- und bearbeiten können oder nicht.

Um schädigende Beziehungsdynamiken zu durchbrechen, wurde das Denkmodell des Traumavierecks entwickelt. Es beinhaltet die vier Positionen Täter, Opfer, Retter und Mitwisser und zusätzlich die Rolle der empathischen Zeugin. Das Traumaviereck dient Professionellen als Reflexionsgrundlage, um eigene Reaktionen gegenüber KlientInnen, im Team oder der jeweiligen Einrichtung sichtbar und dadurch veränderbar zu machen. (vgl. ebd., S. 141) Die Rollen werden im Folgenden beschrieben.

## 2.1 Die Rollen im Traumaviereck

Es ist in der Arbeit mit Menschen, die traumatisiert sind, aufgrund von Dynamiken und möglichem Stress normal, in andere Rollen zu wechseln und nicht so zu handeln, wie wir es uns gewünscht hätten oder wie es rational besser gewesen wäre. Bedeutend ist, diesen Rollenwechsel festzustellen und nach alternativen Handlungsoptionen zu suchen. (vgl. institut berlin 2016, S. 2) Die folgenden Rollenbeschreibungen sollen helfen, leichter erkennen zu können, in welcher Rolle des Traumavierecks Professionelle sich gerade befinden. Anzumerken ist, dass die Rollen nicht starr sind. Sie fließen und verändern sich, abhängig von der jeweiligen Situation. (vgl. institut berlin 2017, S. 1)

### **Die Rolle Täter**

In der Rolle des Täters sind Professionelle, wenn sie sich z.B. über das Verhalten von KlientInnen ärgern, wenn sie wütend werden, oder genervt reagieren und die Schuld bei den KlientInnen suchen. Die innere Spannung steigt und das Gegenüber nimmt die größer werdende Anspannung wahrscheinlich wahr. (vgl. ebd., S. 2 f.). In der Täterrolle können Professionelle eine unangebrachte Strenge entwickeln, ungeduldig werden, entwertend reagieren (wenn sie so ist, braucht sie sich nicht wundern, dass sie geschlagen wird), kalt, bis hin zu sadistisch. Auch eine Sexualisierung kann aufgebaut und angenommen werden. (vgl. Mitschrieb aus der Weiterbildung 2018)

### **Die Rolle Opfer**

Die Rolle des Opfers ist geprägt von Kontrollverlust, Hilflosigkeit (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 165) und Überforderung. Es scheint so, als wären kaum noch Handlungsoptionen vorhanden (vgl. institut berlin 2017, S. 2). Professionelle können das Gefühl haben, angelogen zu werden, Bemühungen werden nicht gesehen und die KlientInnen sind nicht dankbar genug, im Gegenteil: Jetzt wird die Klientin trotz der ganzen Bemühungen auch noch aggressiv und die eigene Hilflosigkeit und Ohnmacht steigt. (vgl. Mitschrieb aus der Weiterbildung 2018)

### **Die Rolle Mitwisser**

In dieser Rolle glauben Professionelle den KlientInnen nicht. Es ist so unvorstellbar, was die Klientin erzählt, so verrückt/fernab von der Realität, das kann nicht sein. Vielleicht ist den Professionellen der Täter bekannt und sie denken: „Das kann nicht sein, der macht sowas nicht“. (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 166) Professionelle fangen an wegzuhören, sich rauszuhalten, trotz des Wissens um die KlientInnen nichts mehr tun zu wollen. Vielleicht fühlen sich die Professionellen mit der ihnen aufgetragenen Verantwortung auch überfordert. (vgl. institut berlin 2017, S. 3 f.) Professionelle befinden sich auch in der Rolle der Mitwissenden, wenn sie z.B. die Haltung oder das Handeln von KollegInnen schwierig finden und sich nicht dazu äußern, da es nicht ihre eigene Beratung ist (vgl. Mitschrieb aus der Weiterbildung 2018).

## Die Rolle Retter

Retter kennen den richtigen Weg für die KlientInnen. Sie geben ihn vor und es wäre das Beste für die KlientInnen, diesen zu gehen. (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 166) Retter haben das Gefühl, dass ohne sie nichts funktioniert. Sie müssen alles regeln, können sich keinen Urlaub leisten, da sie auf der Arbeit nicht fehlen können und sie müssen sich um alles selbst kümmern. (vgl. institut berlin 2017, S. 3) Retter fühlen sich gut, denn sie sind diejenigen, auf die alle angewiesen sind, die alles besser werden lässt. Zudem zeigen sie Überengagement. (vgl. Mitschrieb aus der Weiterbildung 2018)

Neben den vier Rollen des Traumavierecks gibt es noch eine fünfte Rolle. Die der empathischen Zeugin. Was diese Rolle ausmacht und warum sie wichtig ist, wird im nächsten Teilkapitel beschrieben.

## 2.2 Die fünfte Rolle: Die empathische Zeugin

Die empathische Zeugin ist außerhalb des Traumavierecks. Sie ist nicht verwoben in die Dynamiken und ihre Rolle verkörpert eine professionelle Haltung. Für Professionelle gilt es, diese Rolle anzustreben, zu halten bzw. wiederherzustellen. Die Rolle der empathischen Zeugin ist geprägt von „Empathie, Respekt [...], Offenheit und Klarheit“ (Hantke/Görges 2012, S. 168). Sie bewahrt eine „angemessene Distanz [...] [eröffnet KlientInnen den] Zugang zu ihren Ressourcen [...] und zu Perspektivwechseln“ (ebd.). (vgl. ebd.) Die empathische Zeugin erfährt von den Geschichten der KlientInnen, ist solidarisch und parteilich, weiß aber, dass die KlientInnen ihren Weg selbst gehen müssen. Die empathische Zeugin kann die KlientInnen begleiten, aber die Geschichten der KlientInnen sind nicht ihre eigenen. Sie wird den Hass, der ihr möglicherweise von KlientInnen entgegenschlägt, nicht persönlich nehmen und sie hält die Hilflosigkeit und Ohnmacht der KlientInnen aus. (vgl. Mitschrieb aus der Weiterbildung 2018) Sie hilft den KlientInnen im Hier und Jetzt zu bleiben. Sie hat kein Mitleid, sondern sie „ist jemand, der einen Rahmen schafft, der klar bleibt, der für sich sorgen kann – und ganz nebenbei noch ein Vorbild ist“ (Hantke/Görges 2012, S. 168). (vgl. ebd.)

Wichtig ist, dass Professionelle, um diese Rolle halten und erreichen zu können, gut für sich selbst sorgen. Ohne Selbstfürsorge ist die Rolle der empathischen Zeugin kaum möglich. (vgl. Mitschrieb aus der Weiterbildung 2018) Es gilt: „Wir sind es den KlientInnen schuldig, es uns gut gehen zu lassen“ (ebd.), eigene Ressourcen zu kennen, zu entdecken und zu nutzen (vgl. Hantke/Görges 2012, S. 170)

Zudem ist ein hohes Maß an Selbstreflexion notwendig. Es ist bedeutend, dass Professionelle eigene Dynamiken kennen, vorsorglich alternative Handlungsoptionen haben und immer wieder entwickeln, um die Rolle der empathischen Zeugin nicht reflexhaft zu verlieren, sondern beizubehalten. (vgl. ebd.)

Nach den theoretischen Grundlagen und den Rollenbeschreibungen gehe ich nun auf die Reflexionskarte ein, die ich im Team gerne nutzen möchte, um mögliche Beziehungsdynamiken zu erkennen und aufzubrechen.

## 3. Die Reflexionskarte zum Traumaviereck

Die Reflexionskarte, die sich als Bild im Anhang befindet, kann in Teambesprechungen, Interventionen und Supervisionen verwendet werden. Das Ziel der Reflexionskarte ist es, eine Übersicht über die bestehende Beziehungsdynamik zwischen der Beraterin und ihrer Klientin zu bekommen. Daraus sollen dann, gemeinsam mit dem Team, Handlungsmöglichkeiten entwickelt werden, so dass die Professionelle u.a. wieder in die Rolle der empathischen Zeugin kommt.

Die insgesamt 5 Stühle, die auf der Karte zu sehen sind, haben unterschiedliche Farben. Jede Farbe steht dabei für eine der Rollen. Die Rollen Täter, Opfer, Mitwisser und Retter sitzen zusammen an einem Tisch. Sie bilden das Traumaviereck. Etwas abseits davon, mit dem Blick auf den Tisch und die vier benannten Rollen, ist der Platz der empathischen Zeugin. Jene behält, von diesem Platz, den Überblick über die Situation, ohne diese zu verlassen und ohne wie die anderen, komplett involviert zu sein. Somit entspricht der Aufbau der Abbildung symbolhaft dem in der Theorie ausgeführten Modell.

Ergänzend befindet sich um alle herum ein bläulich schraffierter Rahmen. Auch die Dynamik des Traumavierecks ist eingebettet in gesellschaftliche Kontexte und Verhältnisse. Hierzu zählt z.B. das immer bestehende Machtverhältnis zwischen den Professionellen und den KlientInnen im Beratungskontext. Der blaue Rand soll an diese erinnern, um sie mitdenken und berücksichtigen zu können.

Am rechten Rand der Karte ist zudem eine Spalte für Notizen. Hier kann das Team bedeutende Schlagworte oder Sätze notieren, um sie neben der Abbildung vor Augen zu haben.

Die Reflexionskarte ist in DIN A3 Format. Für kleinere Teams oder in Zweiergesprächen kann sie aber auch in DIN A4 genutzt werden. Ich hoffe, dass sie im DIN A3 Format groß genug ist, um sie für alle 6 Beraterinnen aus meinem Team lesbar nutzen zu können. Zudem ist sie einlamiert oder mit Folie beklebt, so dass es möglich ist, mit einem abwischbaren Folienstift Notizen zu schreiben und für den erneuten Gebrauch zu entfernen. Durch die verschiedenen farbigen Spielfiguren, die mit Klettverschluss (oder aufgehängt an einem Whiteboard mit Magneten) auf der Karte angebracht werden können, lassen sich die verschiedenen Rollen, in denen sich die Professionelle und die Klientin befinden könnten, markieren. Die jeweiligen Rollen nehmen so symbolhaft auf den Stühlen Platz und können nach belieben verschoben werden.

Auf der Rückseite der Karte stehen die Rollenbeschreibungen aus dieser Ausarbeitung, um sie sich ins Gedächtnis rufen zu können. Das könnte gerade am Anfang in der Arbeit mit dieser Karte notwendig sein.

Die Reflexionskarte ermöglicht einen visualisierten Gesamtüberblick über die Situation. Die Beraterin kann die Reflexionskarte nach der Nutzung erstmal stehen lassen und zu einem späteren Zeitpunkt erneut darüber nachdenken. Durch das Verwenden von Spielfiguren bekommt das Thema einen eher spielerischen Charakter. Ich hoffe, die Karte trägt so dazu bei, eine Grundlage für den Austausch über Rollenwechsel zu schaffen und das Sprechen darüber zu erleichtern.

#### 4. Das Nutzen der Reflexionskarte

Im Folgenden möchte ich rudimentär aufzeigen, wie die Reflexionskarte verwendet werden könnte. Das ist eine theoretische Vorstellung des Gebrauchs. Ich gehe davon aus, dass die Verwendung in der Praxis weiterentwickelt und nach Bedarf angepasst wird.

Der erste Schritt ist, dass die Beraterin feststellt und sich eingesteht, dass sie durch bestimmte Themen in der Beratung oder durch das Verhalten der Klientin, die Rolle der empathischen Zeugin verlassen hat. Dies lässt sich z.B. daran überprüfen, ob die Gefühle, die bei der Beraterin gegenüber der Klientin auftauchen, noch angemessen sind (Hantke/Görges 2012, S. 168)

Die Beraterin könnte dies zum Anlass nehmen, den Fall gemeinsam mit dem Team und unter Zuhilfenahme der Reflexionskarte in der Intervention zu besprechen. Hierfür

könnte sie sich zunächst mit folgenden Fragen auseinandersetzen. Sie können helfen, die momentane Situation zu sortieren, zu reflektieren und die Intervention vorzubereiten.

Hier noch einmal einige Fragen in komprimierter Form, mit denen Sie vielleicht beginnen mögen. Beurteilen Sie sich nicht, registrieren Sie nur:

- In welche der Positionen des Trauma-Vierecks rutsche ich im Zweifelsfall?
- Welche Klientin lädt mich in welche dieser Rollen ein und wie könnte ich genau das als Ressource nutzen?
- Wie reagiere ich üblicherweise, wenn jemand vor mir sitzt und weint oder wütend ist?
- Wie verändert sich meine Reaktion, je nachdem ob es sich um ein Kind handelt, eine Jugendliche, eine Erwachsene und je nachdem ob es ein Junge oder ein Mädchen, ein Mann oder eine Frau ist?
- Was macht mir am ehesten Angst?
- Was erschreckt mich?
- Woran kann ich merken, dass ich an meine Grenzen komme?

(Hantke/Görges 2012, S. 170)

Die Beraterin stellt im Team nun den Fall vor und wenn möglich schildert sie ihre Gefühle und Themen. Bedeutende Punkte für die Beraterin und das Team können dabei in der Spalte der Notizen festgehalten werden.

Anschließend gibt die Beraterin an, in welcher Rolle oder welchen Rollen sie sich selbst sieht und stellt die Figuren auf die entsprechenden Stühle. Das Team kann das nun bestätigen oder mit ihr in den Austausch gehen und eigene Hypothesen darlegen. Die Beraterin kann, sollte sie zu dem Schluss gekommen sein, in einer oder in mehreren anderen Rollen zu sein, diese nun durch Umsetzen der Figur(en) verdeutlichen.

Der letzte Teil der Arbeit mit dem Traumaviereck ist die Suche nach Lösungsmöglichkeiten für die Beraterin, um wieder in die Rolle der empathischen Zeugin zu kommen. Dabei wird zunächst die Beraterin nach Handlungsmöglichkeiten und -ideen gefragt. Eventuell hat sie bereits Erfahrungen damit gemacht und kann auf Hilfreiches aus der Vergangenheit zurückgreifen. Anschließend kann das Team Ideen einbringen. Die Beraterin kann die Ideen aufgreifen, die sie für sich und die Beratung als passend empfindet und anwenden möchte.

## 5. Abschluss

Die Arbeit beginnt mit einem Zitat von Jorge Bucay: „Der einzige Fehler ist fast immer, zu glauben, dass mein Standpunkt der einzige ist, von dem aus man die Wahrheit sehen kann.“ Wie ich finde, ist einer der schwersten, aber bedeutenden Schritte in der Arbeit mit dem Traumaviereck, eigene Themen und Gefühle festzustellen, einzugestehen, ernst zu nehmen und zu bearbeiten. Nur so kann es möglich sein, den eigenen Standpunkt zu überdenken, die Rolle zu wechseln und sich nicht hinter der Deutungshoheit der Profession zu verstecken. Hierfür braucht es vor allem Selbstfürsorge, einen guten Zugang zu eigenen Ressourcen und die Auseinandersetzung mit eigenen Themen.

Mir hat die Reflexionsmöglichkeit des Traumavierecks bereits in Beratungen geholfen, eigene Gefühle zu reflektieren und in der Rolle der empathischen Zeugin zu bleiben, bzw. (angehende) Rollenwechsel festzustellen. Ich hoffe, ich kann das Traumaviereck meinem Team näherbringen, so dass wir eine weitere Möglichkeit haben, uns zu reflektieren und dadurch die Qualität unserer Arbeit durch einen weiteren Baustein sichern können. Natürlich ist das Traumaviereck nicht allumfassend und sollte nicht als einzige Reflexionsfolie herangezogen werden. Zudem ist die von mir erstellte Reflexionskarte nur ein Anfang, den es weiterzuentwickeln gilt. Eine Idee hierzu wäre die Karte für teaminterne Dynamiken zu nutzen.

## 6. Literaturverzeichnis

Bucay, Jorge (2018): Komm, ich erzähl dir eine Geschichte. Frankfurt am Main: Fischer Verlag.

Hantke, Lydia; Görge, Hans-Joachim (2012): Handbuch Traumakompetenz. Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik. Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung.

institut berlin (2016): Das Traumaviereck. Teufelskreise und Übertragungsphänomene – wie wir im Stress alte Muster wiederholen.  
<http://media.voog.com/0000/0038/1738/files/Traumaviereck.pdf> (24.06.2018)

institut berlin (2017): Das Traumaviereck und ein fünftes Element. Erhaltens Arbeitsblatt aus der Weiterbildung.

Krueger, Antje (2013): Flucht-Räume. Neue Ansätze in der Betreuung von psychisch belasteten Asylsuchenden. Frankfurt am Main: Campus Verlag.

Mitschrieb aus der Weiterbildung (2018): Dies umfasst meine Aufzeichnungen im 3. Block der Weiterbildung vom 13.04.2018, in der uns Britta Woltereck das Traumaviereck näher brachte.

Schäfer, Martina (2004): Der Gewalt keine Chance! Ein Leitfaden zur Prävention. Freiburg/Schweiz: Paulusverlag.

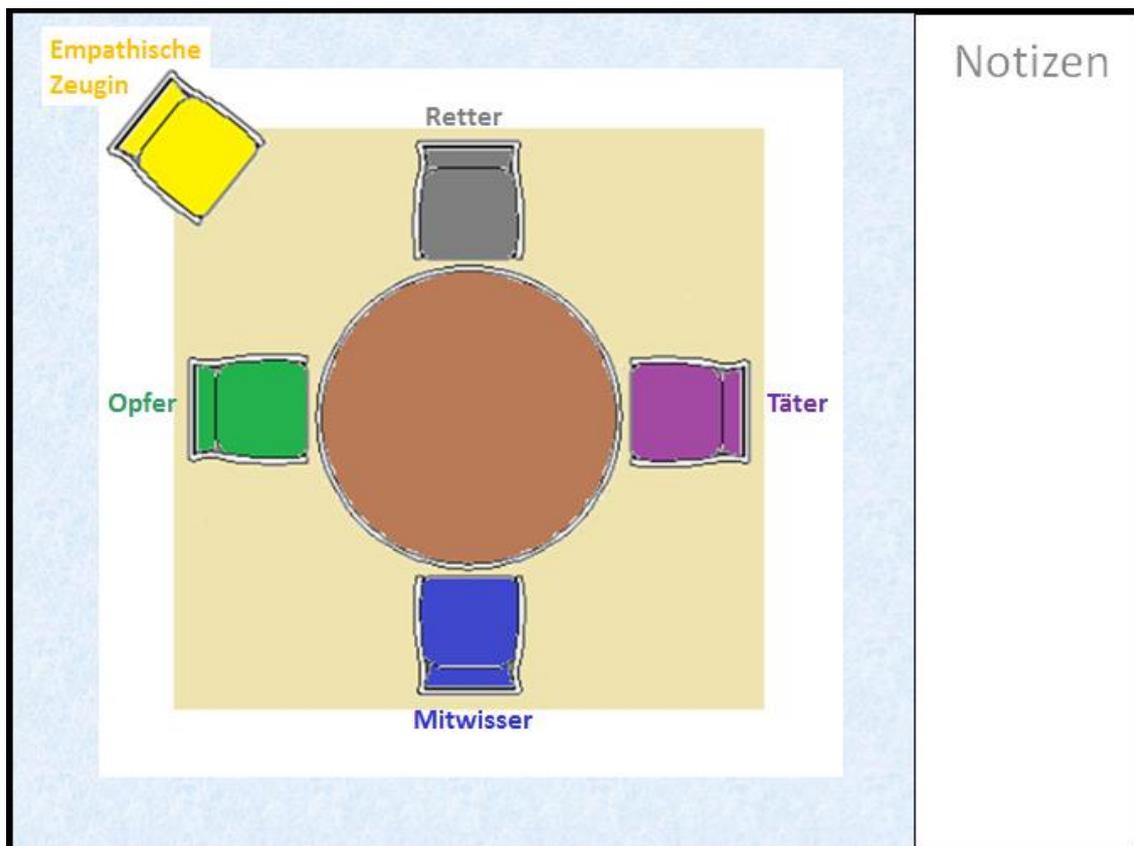
Wetzels, Peter; Pfeiffer, Christian (1995): Sexuelle Gewalt gegen Frauen im öffentlichen und privaten Raum: Ergebnisse der KFN-Opferbefragung 1992 (KFN-Forschungsberichte No. 37). Hannover: KFN.  
[https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB\\_37.pdf](https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB_37.pdf) (24.06.2018)

Bildquelle:

Grundlage der Stühle und des Tisches, die ich von der Anzahl, der Position und den Farben angepasst habe:  
<http://www.ceco.net/free-autocad-blocks/furniture/top-plan-view/drawings-round-table-with-six-chairs-for-lunch-dwg-dxf-148.html> (28.05.2018)

## 7. Anhang Reflexionskarte

### Vorderseite



### Rückseite

#### Die Rolle Täter

In der Rolle des Täters sind Professionelle, wenn sie sich z.B. über das Verhalten von Klientinnen ärgern, wenn sie wütend werden, oder genervt reagieren und die Schuld bei den Klientinnen suchen. Die innere Spannung steigt und das Gegenüber nimmt die größer werdende Anspannung wahrscheinlich wahr. (vgl. [institut berlin](#), 2017, S. 2 f). In der Täterrolle können Professionelle eine unangebrachte Strenge entwickeln, ungeduldig werden, entwertend reagieren (wenn sie so ist, braucht sie sich nicht wundern, dass sie geschlagen wird), kalt, bis hin zu sadistisch. Auch eine Sexualisierung kann aufgebaut und angenommen werden. (vgl. Mitschrift aus der Weiterbildung 2018)

#### Die Rolle Opfer

Die Rolle des Opfers ist geprägt von Kontrollverlust, Hilfslosigkeit (vgl. [Hantke/Görzes](#) 2012, S. 163) und Überforderung. Es scheint so, als wären kaum noch Handlungsoptionen vorhanden (vgl. [institut berlin](#) 2017, S. 2). Professionelle können das Gefühl haben, angezogen zu werden, Bemühungen werden nicht gesehen und die Klientinnen sind nicht dankbar genug, im Gegenteil: Jetzt wird die Klientin trotz der ganzen Bemühungen auch noch aggressiv und die eigene Hilfslosigkeit und Ohnmacht steigt. (vgl. Mitschrift aus der Weiterbildung 2018)

#### Die Rolle Mitwisser

In dieser Rolle glauben Professionelle den Klientinnen nicht. Es ist so unvorstellbar, was die Klientin erzählt, so verrückt/fernab von der Realität, das kann nicht sein. Vielleicht ist den Professionellen der Täter bekannt und sie denken: „Das kann nicht sein, der macht sowas nicht“ (vgl. [Hantke/Görzes](#) 2012, S. 166). Professionelle fangen an wegzuhören, sich rauszuhalten, trotz des Wissens um die Klientinnen nichts mehr tun zu wollen. Vielleicht fühlen sich die Professionellen mit der ihnen aufgetragenen Verantwortung auch überfordert. (vgl. [institut berlin](#) 2017, S. 3 f) Professionelle befinden sich auch in der Rolle der Mitwissenden, wenn sie z.B. die Haltung oder das Handeln von Kolleginnen schwierig finden und sich nicht dazu äußern, da es nicht ihre eigene Beratung ist (vgl. Mitschrift aus der Weiterbildung 2018).

#### Die Rolle Retter

Retter kennen den richtigen Weg für die Klientinnen. Sie geben ihn vor und es wäre das Beste für die Klientinnen, diesen zu gehen. (vgl. [Hantke/Görzes](#) 2012, S. 166) Retter haben das Gefühl, dass ohne sie nichts funktioniert. Sie müssen alles regeln, können sich keinen Urlaub leisten, da sie auf der Arbeit nicht fehlen können und sie müssen sich um alles selbst kümmern. (vgl. [institut berlin](#) 2017, S. 3) Retter fühlen sich gut, denn sie sind diejenigen, auf die alle angewiesen sind, die alles besser werden lässt. Zudem zeigen sie Überengagement. (vgl. Mitschrift aus der Weiterbildung 2018)

#### Die Rolle empathische Zeugin

Die empathische Zeugin ist außerhalb des Traumvierecks. Sie ist nicht verflochten in die Dynamiken und ihre Rolle verkörpert eine professionelle Haltung. Für Professionelle gilt es, diese Rolle anzustreben, zu halten bzw. wiederherzustellen. Die Rolle der empathischen Zeugin ist geprägt von „Empathie, Respekt [...], Offenheit und Klarheit“ ([Hantke/Görzes](#) 2012, S. 168). Sie bewahrt eine „angemessene Distanz [...] [er]öffnet Klientinnen den Zugang zu ihren Ressourcen [...] und zu Perspektivwechseln“ (ebd.). (vgl. ebd.) Die empathische Zeugin erfährt von den Geschichten der Klientinnen, ist solidarisches und parteilich, weiß aber, dass die Klientinnen ihren Weg selbst gehen müssen. Die empathische Zeugin kann die Klientinnen begleiten, aber die Geschichten der Klientinnen sind nicht ihre eigenen. Sie wird den Hass, der ihr möglicherweise von Klientinnen entgegenschlägt, nicht persönlich nehmen und sie hält die Hilfslosigkeit und Ohnmacht der Klientinnen aus. (vgl. Mitschrift aus der Weiterbildung 2018) Sie hilft den Klientinnen im Hier und Jetzt zu bleiben. Sie hat kein Mittel, sondern sie „ist jemand, der einen Rahmen schafft, der klar bleibt, der für sich sorgen kann – und ganz nebenbei noch ein Vorbild ist“ ([Hantke/Görzes](#) 2012, S. 168). (vgl. ebd.)

#### Bild- und Literaturquellen

Grundlage der Stühle und des Tisches, die ich von der Anzahl, der Position und den Farben angepasst habe:  
<http://www.cecio.net/free-auto-cad-blo-cls/furniture/top-plan-view/drawings-to-un-d-table-with-six-chairs-for-lun-ch-dwg-dxf-14.8.html> (28.05.2018)

Hantke, Lydia; Görzes, Hans-Joachim (2012): Handbuch **Traumkompetenz**. Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik. Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung.

[institut berlin](#) (2017): Das **Traumviereck** und ein Fünftes Element. Erhaltenes Arbeitsblatt aus der Weiterbildung.

Mitschrift aus der Weiterbildung (2018): Dies umfasst meine Aufzeichnungen im 3. Block der Weiterbildung vom 13.04.2018, in der uns Britta Wolterek das **Traumviereck** näher brachte.