

# Inhalt

Einleitung .....	9
<b>Teil I – Trauma und Traumafolgestörungen</b>	
1 Was ist eigentlich ein Trauma? .....	17
2 Stress und Trauma – eine kurze Einführung .....	21
2.1 Stress und seine Auswirkung auf die Entwicklung .....	21
2.2 Stressreaktionen und physiologische Aspekte .....	22
2.3 Traumatisierung und »Fight-Flight-Freeze« .....	24
3 Die Posttraumatische Belastungsstörung .....	28
3.1 Symptomatik .....	28
3.1.1 Die Kriterien der PTBS in den Klassifikationssystemen .....	29
3.1.2 Komorbide Störungsbilder und Posttraumatische Belastungsstörung .....	30
3.1.3 Kriterien nach DSM-5 .....	30
3.1.4 Dissoziationen .....	32
4 Komplexe Posttraumatische Belastungsstörung (KTBS) .....	36
5 Traumafolgen und Vermeidung .....	38
6 Traumafolgen und Emotionsregulation .....	39
6.1 Emotionsregulation und Strategien .....	40
7 Traumabelastungen bei Kindern und Jugendlichen mit Fluchthintergrund .....	42
7.1 Sequentielle Traumatisierung und Flucht .....	42
8 Identität und Adoleszenz .....	45
9 Resilienz und Krisenbewältigung .....	47

**Teil II – Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge**

10	<b>Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge – aber vor allem: Kinder und Jugendliche!</b> .....	51
10.1	Einleitung und Überblick .....	51
10.2	Situation der minderjährigen Flüchtlinge .....	52
10.3	Rechtliche Situation von unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen .....	54
10.4	Psychosoziale Situation von unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen .....	55
10.5	Neue Screeningtools und diagnostische Erfordernisse .....	58
10.6	Fallbeispiel: Lula .....	66

**Teil III – Therapie und Behandlung**

11	<b>Therapie und Behandlung</b> .....	77
11.1	Behandlung und Struktur .....	77
	11.1.1 Stabilisierung .....	78
	11.1.2 Traumabearbeitung .....	79
11.2	Traumafokussierte-kognitive Verhaltenstherapie (Tf-KVT) .....	81
11.3	Narrative Expositionstherapie (NET) .....	83
11.4	Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) .....	84
11.5	Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT) und die Behandlung der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) .....	88

**Teil IV – START**

12	<b>START – Ein Konzept für stark belastete Kinder und Jugendliche</b> .....	93
12.1	Hintergrund des Konzepts .....	93
12.2	Der zweite Schritt der Konzeptualisierung .....	94
12.3	START in Einrichtungen der Jugendhilfe, Schulen, Beratungsstellen .....	95
12.4	Grundlagen des START-Konzepts .....	95
13	<b>Was sind Skills?</b> .....	99
13.1	Achtsamkeit .....	99
13.2	Stressregulation .....	100
13.3	Emotionsregulation/Umgang mit Gefühlen .....	100
14	<b>Grundlagen von START</b> .....	102
14.1	Inhalte des Manuals .....	103
14.2	Aufbau des Manuals .....	104

---

14.3	Die START-Gruppe .....	105
14.4	Struktur, Module und Sitzungen .....	106
15	<b>Ein Blick ins Manual – Sitzungsleitfaden und einige exemplarische Übungen</b> .....	107
15.1	Auszug aus dem START-Modul 1 .....	107
15.2	Durchführung von Achtsamkeitsübungen .....	108
15.3	Exemplarische Beispiele für Achtsamkeitsübungen .....	109
16	<b>Skillstraining – Stressregulation</b> .....	114
17	<b>Der Spannungsbogen und seine Funktion</b> .....	121
17.1	Einleitende Information für Jugendliche .....	122
18	<b>Persönliche Skillsliste und Ausschneidebilder</b> .....	124
19	<b>START im Überblick: Thematische Schwerpunkte der fünf START-Module</b> .....	128
19.1	Fallbeispiel Ali (16 Jahre) und seine Erfahrungen mit START .....	130
19.2	Pilotstudie – START .....	130
20	<b>Schlusswort</b> .....	137
	<b>Literatur</b> .....	139
	<b>Register</b> .....	149