

Traumapädagogik: Haltung für Fach- und Führungspersonen gleichermaßen



Sascha Jufer (hinten rechts) ist Sozialpädagoge mit langjähriger Erfahrung in der Jugendhilfe. Er arbeitet seit sieben Jahren als Direktor der BEO.

Helena Bitterlin (hinten links) ist Heilpädagogin und eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin. Als Vize-Direktorin der BEO war sie federführend bei der Einführung des traumapädagogischen Ansatzes.

Das Interview führten Julia Nentwich und Thomas Ebner am 30. April 2026.

Die kantonale BEObachtungsstation (BEO) mit Sitz in Bolligen ist ein Kompetenzzentrum für Jugendliche mit hohem Förder- und Schutzbedarf. Hier wird konsequent nach dem traumapädagogischen Ansatz gearbeitet. Was aber heisst das genau? Wir waren vor Ort und haben bei Sascha Jufer und Helena Bitterlin aus der BEO-Geschäftsleitung nachgefragt.

Sie arbeiten in der BEO Bolligen seit rund zehn Jahren mit der Traumapädagogik und waren mit unter den ersten Einrichtungen der Schweiz, die diesen Ansatz konsequent umgesetzt haben. Wie genau kann die Traumapädagogik Jugendlichen helfen?

Helena Bitterlin: Die Traumapädagogik wirkt durch das konsequente Arbeiten an der emotionalen Stabilisierung. Das ist das erste und fundamentale Ziel, denn ohne diese Stabilisierung befinden sich die von Trauma betroffenen Jugendlichen immer wieder in einem Krisen- und Überlebensmodus, der das Lernen und die Entwicklung erschwert bis verunmöglicht. Das wissen wir heute aus der Psychotraumatologie.

Sascha Jufer: Die Traumapädagogik fördert darum sichere Orte, Orte ohne Bedrohung. Orte, an denen es möglich wird, in einen entspannteren Zustand zu gelangen. Unser Ansatz ist es, die Jugendlichen kennenzulernen, ihre ganz persönliche Geschichte zu verstehen, um nachvollziehen zu können, welcher existenziellen Bedrohung sie ausgesetzt waren und was sie dazu gebracht hat, sich so zu verhalten, dass sie letztlich zu uns gekommen sind. Unsere Aufgabe als kantonale Einrichtung ist es, diesem Bedrohungszustand einen sicheren Ort der Entspannung gegenüberzustellen.

Bitterlin: Traumapädagogik hilft grundsätzlich allen Jugendlichen, es sind jedoch nicht alle gleichermaßen darauf angewiesen. Liegt keine psychische Problematik vor und weisen die Jugendlichen ein hohes Funktionsniveau aus, kommen sie auch mit anderen, konventionelleren Ansätzen klar. Gerade komplex traumatisierte Jugendliche sind aber auf traumapädagogische Ansätze angewiesen, um sich überhaupt weiterentwickeln zu können. Für sie können konventionelle Ansätze schädlich und kontraproduktiv sein.

Wie wird die BEO Bolligen zu einem «sicheren Ort»?

Bitterlin: Sichere Orte können durch Fachpersonen und interdisziplinäre Zusammenarbeit gemeinsam geschaffen werden. Es geht um die traumapädagogische Haltung, die von allen Mitarbeitenden und der Leitung gelebt und von der gesamten Einrichtungskultur getragen werden muss. Ganz zentral sind dabei die traumapädagogischen Standards (Lang et al., 2013; Schweizer Fachverband Traumapädagogik & Fachverband Traumapädagogik e. V., 2025). In der BEO sind wir bestrebt, diese konsequent umzusetzen (vgl. Kasten auf S. 31).

Das klingt sehr nachvollziehbar und durchdacht! Was genau bedeutet es aber, dass Traumapädagogik nicht nur eine Frage der Haltung jeder einzelnen Fachperson, sondern der gesamten Einrichtung werden muss?

Jufer: Diese sechs Standards umzusetzen ist sehr voraussetzungsreich. Das gelingt nur, wenn sie in der gesamten Einrichtung, das heisst von allen hier arbeitenden Menschen, inklusive der Buchhaltung und des Empfangs, auch tagtäglich umgesetzt werden. Das beginnt bei der Befähigung der Mitarbeitenden. Zentral ist für uns die kontinuierliche Reflexion der pädagogischen

Was ist Traumapädagogik?

Die Traumapädagogik erkennt an, dass sich frühere traumatisierende Erfahrungen im heutigen Verhalten eines Menschen Ausdruck verschaffen, da sie nicht verarbeitet werden können. Grundlegend sind dabei Erkenntnisse der Neurobiologie und Psychotraumatologie (Stähli, 2025). Traumapädagogische Ansätze kommen insbesondere bei der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen zur Anwendung. Verständnis für die psychologischen Auswirkungen eines Traumas, die daraus entstehenden Traumafolgeprozesse und das resultierende Verhalten eröffnen wichtige neue Möglichkeiten zur Unterstützung und Förderung der betroffenen Menschen (Lang et al., 2013).



Die Anlage der kantonalen BEObachtungsstation Bolligen steht am Rande der Agglomerationsgemeinde im Grünen.

Die Haltung der BEO Bolligen

Vize-Direktorin Helena Bitterlin erklärt den traumapädagogischen Ansatz anhand von sechs Grundhaltungen:

1. **Der «gute Grund»:** Ausgangspunkt unseres Handelns als Fachpersonen ist immer, Verhalten verstehen zu wollen. Alles, was ein Mensch an Verhaltensweisen zeigt, hat seinen Ursprung und Sinn in seiner Geschichte. So unverstündlich das Verhalten hier und heute erscheinen mag, es hat einmal einen «guten Grund» gegeben, eine Situation, in der genau dieses Verhalten das Überleben gesichert hat. Und dieser gute Grund ist von uns zu würdigen.
2. **Wertschätzung und wertschätzende Präsenz** sind sehr wichtig, wenn es darum geht, ein Gegengewicht zu den Erfahrungen von Macht- und Wertlosigkeit zu schaffen, die ja immer mit einer Traumatisierung einhergehen. Sich als macht- und wertlos erfahren zu haben, zerstört die Selbstwirksamkeit eines Menschen. So entsteht ein negatives Selbst. Ein sicherer Ort setzt diesem Selbst des Nichts-Seins einen Ort der Wertschätzung, des Willkommen- und Respektiert-Seins entgegen.
3. Hinzu kommt die **Partizipation**: Die Teilhabe an der Gestaltung des eigenen Lebens ist ein zentraler Faktor zur Förderung der psychischen Gesundheit. Das Erleben von Autonomie, die Erfahrung, ernst genommen zu werden, gefragt und bei Entscheidungen eingebunden zu werden, fördert die Selbstwirksamkeit der jungen Menschen. Einbezogen zu sein bedeutet, einen Platz in der Gemeinschaft zu haben. Sichere Orte gewährleisten Teilhabe.
4. **Expert*innenschaft:** Mit einer traumapädagogischen Haltung sehe ich Jugendliche immer als Expert*innen ihrer eigenen Erfahrungen. Von Traumatisierung betroffene Jugendliche haben sehr anspruchsvolle Erfahrungen gemacht. Sie sind Meister*innen im Umgang mit schwierigen, herausfordernden, bedrohlichen Situationen, wenn nicht gar Überlebenskünstler*innen! Diese Expertise ist unbedingt zu würdigen, ernst zu nehmen und in die Arbeit einzubeziehen.
5. **Transparenz und Vorhersehbarkeit:** Für Jugendliche, die Erfahrungen mit Autoritätsmissbrauch durch Erwachsene gemacht haben, etwa, weil die Eltern willkürlich mit Strukturen und Grenzen umgegangen sind, ist es wichtig, neue Erfahrungen mit Erwachsenen zu machen. Und diese sollten sehr transparent und verantwortungsvoll mit Macht und Autorität umgehen. Nur so kann das Vertrauen in uns Helfende wachsen und ein Weg aus der durch das Trauma hervorgerufenen Isolation entstehen. Die Jugendlichen haben bisher erlebt, sich auf niemanden verlassen zu können, sich nur selbst helfen zu können, und auch Erwachsene als Gefährder*innen einzuordnen. Sobald sie aber Verlässlichkeit im Verhalten der Helfenden erleben, machen sie eine andere Erfahrung. Sichere Orte sind darum immer Orte der Zuverlässigkeit, der Berechenbarkeit, Orte des Fragen-stellen-könnens.
6. **Spass und Freude:** Die Waage der Emotionen muss durch das Erleben von Freude und Spass ins Gleichgewicht gebracht werden. Freude reguliert emotionale Spannung, wodurch das Stresslevel gesenkt wird und Lernen und Entwicklung möglich werden. Sichere Orte sind darum immer Orte, die Freude ermöglichen.



«Die Fachpersonen sind oft mit grenzverletzendem Verhalten konfrontiert. Die Versorgung der Mitarbeitenden ist daher eine elementare Aufgabe der traumapädagogisch ausgerichteten Institution.»

Helena Bitterlin, Vize-Direktorin BEO Bolligen

- und psychologischen Arbeit, aber auch die Reflexion persönlicher Erfahrungen. Mitarbeitende brauchen stetige Weiterbildungen, und wir müssen die nötigen Reflexionsgefässe zur Verfügung stellen. Bei uns werden die Entwicklungsprozesse durch eine interne Fachgruppe Traumapädagogik mit Vertretenden aus allen Fachbereichen beobachtet und kontinuierlich weiterentwickelt. Das Fundament ist immer die traumasensible Arbeit. Da sich das Wissen im jungen Forschungsfeld der Psychotraumatologie stets weiterentwickelt, ist es auch wichtig, dass wir hier immer am Ball bleiben.

Bitterlin: In der Arbeit mit traumatisierten Jugendlichen sind Fachpersonen oft mit grenzverletzendem Verhalten konfrontiert. Die Versorgung der Mitarbeitenden ist daher eine elementare Aufgabe der traumapädagogisch ausgerichteten Institution. Supervision, Intervention und fortlaufende Reflexion sowie eine institutionalisierte Nachsorge bei grenzverletzendem Verhalten sind wichtige Mittel der Prävention und der Selbstfürsorge.

Jufer: Die Erkenntnisse aus der Traumapädagogik haben auch Implikationen für die Leistungsangebote. In der BEO zeigt sich dies etwa in der konsequenten Weiterentwicklung der dezentralen, stark individualisierten und flexiblen Wohnbetreuungsstrategie. Die Jugendlichen wohnen heute nicht mehr in Wohngruppen auf unserem Gelände, sondern bei Pflegefamilien und Kooperationseinrichtungen im gesamten Kanton. Dadurch sind wir in der Lage, Versorgungslösungen zu schaffen,

die sich stark am individuellen Bedarf der Jugendlichen ausrichten. Die Wahrscheinlichkeit, die Jugendlichen für eine kooperative Zusammenarbeit zu gewinnen und auch beim Auftreten von Krisen handlungs- und tragfähiger zu bleiben, konnte so deutlich erhöht werden.

Ihr Traumaverständnis klingt sehr interdisziplinär. Welche Rolle spielt dabei die Soziale Arbeit?

Bitterlin: Bei einer komplexen posttraumatischen Belastungsstörung sind meist alle Lebensbereiche der Jugendlichen betroffen. Darum werden auch die Betreuung und die Förderung über alle Lebensbereiche hinweg geboten. Das ist nur interdisziplinär möglich. Wenn wir einen Abklärungsauftrag erhalten, erarbeiten wir unter anderem eine Diagnose. Diese wird nach ICD-10 und 11, dem Klassifikationssystem der Weltgesundheitsorganisation (WHO), sowie dem multiaxialen Klassifikationsschema für psychische Störungen des Kindes- und Jugendalters gestellt. Der Umgang mit den traumatisierten Jugendlichen ist traumapädagogisch, und das heisst für uns: immer interdisziplinär. Bei uns sind Fachpersonen der Sozialen Arbeit, der Bildungspädagogik, der Psychologie und der Psychiatrie im Einsatz. Das Case Management, das mehrheitlich von Personen aus der Sozialen Arbeit übernommen wird, steuert die Fachleistungen zu einer aufeinander abgestimmten Gesamtleistung. Traumapädagogische Arbeit ist somit gerade für Sozialarbeitende ein wichtiges und vielfältiges Tätigkeitsfeld innerhalb unserer interdisziplinären Teams.

Welche Rolle spielt der systemische Ansatz in der Traumapädagogik?

Bitterlin: Traumata können eine transgenerationale Dynamik haben, sie betreffen Familien, Generationen und Gesellschaften. Die komplexen posttraumatischen Belastungsstörungen, wie wir sie bei unseren Jugendli-



Oliver Slappig

«Unsere Aufgabe als kantonale Einrichtung ist es, diesem Bedrohungszustand einen sicheren Ort der Entspannung gegenüber zustellen.» Sascha Jufer, Direktor BEO Bolligen

chen sehen, sind in der Regel innerhalb der familiären Systeme der Jugendlichen begründet. Mit diesen Systemen müssen wir selbstverständlich arbeiten. Der systemische Ansatz ist darum zentral, wir kommen um ihn nicht herum. Ich würde sogar noch weitergehen: Traumapädagogische Arbeit ist, wie gute Pädagogik überhaupt, nur systemisch denk- und praktizierbar.

Wie sichern Sie als Einrichtung, dass keine Retraumatisierungen passieren?

Jufer: Hier ist das Verständnis des «sicheren Ortes» wichtig. Diesen schützen wir. Allerdings – und leider! – ist es uns nicht möglich, re-traumatisierende Situationen gänzlich zu vermeiden. Insbesondere dann, wenn es sich um Bindungstraumata im Familiensystem handelt, ist es meist nicht realistisch, die Jugendlichen gänzlich vor der Familie bzw. von häufig re-traumatisierenden Erfahrungen zu schützen. Für die Fachpersonen ergeben sich hier hochanspruchsvolle Situationen im Umgang mit solchen Konstellationen. Wir arbeiten hier mit Psychoedukation, also mit Informations- und Bildungsangeboten für die betroffenen Individuen und Familiensysteme.

Bitterlin: Es ist auch nicht möglich, triggernde Situationen unter Peers immer zu kontrollieren. Wichtig ist darum, traumatisierende und potenziell re-traumatisierende Ereignisse mit den Jugendlichen und ihrem System traumasensibel zu thematisieren. Hinschauen, wahrnehmen, ernst nehmen, benennen, besprechen und immer wieder einordnen und stabilisieren.

Jufer: Unsere interne Präventions- und Meldestelle übernimmt hier eine wichtige Funktion. Mit dem «Bündner Standard» steht uns ein praxiserprobtes Instrument zur Verfügung, das Organisationen bei der Prävention und der strukturierten Bearbeitung von Grenzverletzungen unterstützt. Das gibt Orientierung und hilft uns, kritische Situationen schnell zu erkennen, einzuordnen und die richtigen Massnahmen zu treffen. ■

Im Herbstsemester 2026 gestalten Sascha Jufer, Helena Bitterlin sowie Julia Nentwich und Thomas Ebnetter gemeinsam das Bachelor-Spezialmodul Traumapädagogik.

Literatur:

- Lang, B., Schirmer, C., Lang, T., Hair, I. A. de, Wahle, T., Bausum, J., Weiß, W. & Schmid, M. (Hrsg.). (2013). *Traumapädagogische Standards in der stationären Kinder- und Jugendhilfe: Eine Praxis- und Orientierungshilfe der BAG Traumapädagogik*. Weinheim: Beltz Juventa.
- Schweizer Fachverband Traumapädagogik & Fachverband Traumapädagogik e. V. (Hrsg.). (2025). *Standards für Traumapädagogische Konzepte in der stationären Kinder- und Jugendhilfe*. https://chtp.ch/download/111/Standards_Traumapdagogik_2025.pdf
- Stähli, O. (2025). *Angewandte Traumapädagogik: Ein Praxisbuch*. München: Ernst Reinhardt Verlag.

Prof. Dr. Julia Nentwich, Dozentin Institut Beratung, Mediation, Supervision

julia.nentwich@bfh.ch

... forscht und lehrt zu den Themen Resilienz und Konfliktmanagement in Organisationen und freut sich, gemeinsam mit den Studierenden im Spezialmodul ihr Wissen über Traumapädagogik vertiefen zu können.

Dr. Thomas Ebnetter, Dozent Institut Beratung, Mediation, Supervision

thomas.ebnetter@bfh.ch

... verantwortet als Studienleiter im Weiterbildungsbereich der Systemischen Beratung unter anderem den Fachkurs Systemische Trauma-Beratung.