

Dorothee Schöpfer
Kommunikation – Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Büchsenstrasse 34/36
70174 Stuttgart
Telefon 0711. 2054-395
dorothee.schoepfer@eva-stuttgart.de

Pressemitteilung

Stuttgart, 4. März 2026

„Einzelkämpfer brennen aus“

Es vergeht kaum ein Tag ohne gewalttätige Übergriffe auf Polizei und Rettungskräfte. „Massive Beschimpfungen, Bedrohungen und im schlimmsten Fall körperliche Gewalt erleben auch viele Fachkräfte in der Sozialarbeit“, hieß es beim jüngsten Treff Sozialarbeit der Evangelischen Gesellschaft Stuttgart (eva). Ein brisantes Thema, wie die hohe Resonanz zeigte. Rund 200 Personen verfolgten den Vortrag des Experten Harald Requardt zu „Trauma und Gewalt in der sozialen Arbeit – verstehen, begleiten, vorbeugen“.

Besonders beim Umgang mit Traumapatienten besteht nach Einschätzung des Stuttgarter Sozialpädagogen und Psychotherapeuten für Fachkräfte das Risiko, selbst traumatisiert zu werden. In Lebensgefahr kommen könnten sie zum Beispiel von einer Sekunde auf die andere bei Klienten mit Impulskontrollstörung, warnt Requardt. „Es ist nicht ungefährlich, mit Traumatisierten zu arbeiten“, betont er und empfiehlt, „immer an den Selbstschutz zu denken“. Dies hält er für umso dringlicher, weil es nach seiner Beobachtung „eine neue Qualität von Gewalt gibt“.

Soziale Medien haben Einfluss auf Gefühlshaushalt

Dafür macht der auf Traumabehandlung spezialisierte Experte nicht zuletzt den Einfluss sozialer Medien verantwortlich. „Es wird völlig unterschätzt, was das mit Kindern macht.“ Diese könnten ihre Gefühle nicht mehr herunterregulieren, weil sie keine Fürsorgeperson mehr hätten, die sie entsprechend begleitet. Er führt das Beispiel der Mütter an, die mit dem

Kinderwagen unterwegs sind, sich dabei auf ihr Smartphone konzentrieren und keinen Blickkontakt mehr zum Baby halten.

Die Folge des Bindungsverlusts seien völlig unvermittelte Gewalttaten ohne Mitgefühl und Reue, zum Beispiel wenn ein zwölf Jahre alter Junge einen Mann die Treppe herunterstößt. „Die Kinder realisieren nicht mehr, dass es um Menschen geht“. Hinzu kommt für Requardt der Trend zur Selbstoptimierung, der einen radikalen Narzissmus fördere. Die beruflichen Risiken dürften deshalb nicht unterschätzt werden, sagt Requardt und erklärt, dass bei einer Traumaverletzung der Stress so groß ist, dass man ihn nicht verarbeiten kann. Klientinnen und Klienten haben oft extrem Bedrohliches erlebt, wie Missbrauch in der Kindheit, Mobbing in der Schule, Gewalt in der Familie oder Amokläufe, Flucht, Krieg und Vertreibung. Die Borderline-Störung hält Requardt für eine Traumafolge und nicht für eine Störung der Persönlichkeit. Fachkräfte seien konfrontiert mit Ängsten, Verfolgungsgefühlen, Suizidalität, Hoffnungslosigkeit und Zukunftspessimismus.

Die Belastbarkeit der Fachkräfte ist endlich

Traumatische Bilder von Klienten können Fachkräfte verfolgen. Nicht umsonst würden Therapeuten und Ärzte oft zu Alkohol oder Medikamenten greifen. Dies sei zwar ein probates Mittel gegen Flashbacks, aber lebensbedrohlich, sagt Requardt. „Wenn jemand nach 20 Jahren Berufserfahrung zusammenbricht, braucht er sich nicht zu schämen“, sagt der Experte. „Wir sind nicht unendlich belastbar“, warnt Harald Requardt. „Einzelkämpfer brennen aus.“

Fachkräfte müssten deshalb für ausreichende Erholungszeiten sorgen, um einer Traumatisierung vorzubeugen. So ist Requardt selbst am Wochenende für seine Patienten grundsätzlich nicht erreichbar. Wenn man Dienst und Privates nicht mehr trennen könne, müsse man dringend zur Therapie, sagt er. Es gelte auch, bewusst Schönes zu erleben. Dringend empfiehlt er, bei verbalen und körperlichen Angriffen, eine Unfallmeldung zu machen. Wer einen Überfall oder den Suizid eines Klienten erlebt, habe das Recht auf fünf Sitzungen beim Psychologen, sagt er. Auch Trauma-Ambulanzen und spezielle Beratungsstellen empfiehlt er als Ansprechpartner.

Der Treff Sozialarbeit der eva nimmt regelmäßig aktuelle sozialpolitische Diskussionen in den Blick. Die Veranstaltung steht Fachkräften der sozialen Arbeit genauso offen wie Betroffenen, Angehörigen und interessierten Bürgerinnen und Bürgern. Die nächste Veranstaltung findet statt am 26. März zum Thema „Psychodrama“. Mehr unter <http://www.treff-sozialarbeit.de>