

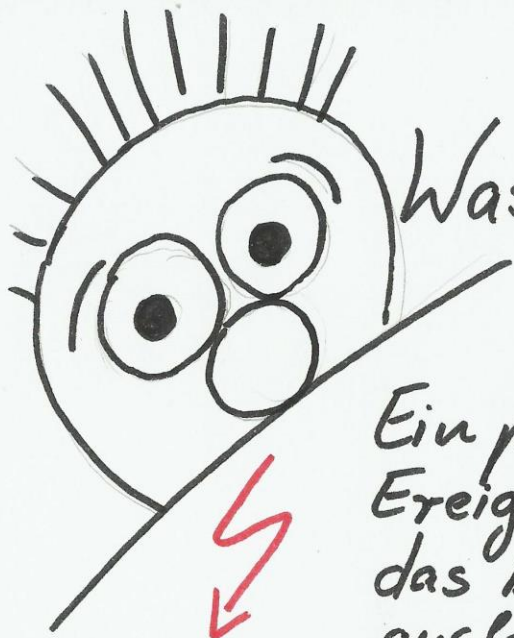
Präsentation

Daniela Feuerhak



Hilf mir zu mir
selbst zu finden ---
(H. van Veen)

Verletzte Kinderseelen verstehen
und begleiten



Was ist ein psychisches Trauma?

Ein plötzliches oder Lang anhaltendes Ereignis außergewöhnlicher Bedrohung, das bei fast jedem tiefe Verzweiflung auslösen würde



Die Konfrontation (Erleben oder Beobachten) mit einer Situation, die Tod, Lebensgefahr oder massive Verletzung beinhaltet



Eine Erfahrung, die die normalen Anpassungsstrategien übersteigt



Ein Erlebnis, das von Gefühlen intensiver Angst, Hilflosigkeit, Kontrollverlust und drohender Vernichtung begleitet wird

Erweiterte Traumadeinition

(nach N. Sack)



Die Person war in ihrer Kindheit wiederholt Situationen emotionaler oder physischer Vernachlässigung ausgesetzt oder wurde wiederholt vorsätzlich und ohne Grund entwertet, gedemütigt oder angeschrien



Die Person reagierte mit starker Angst, Hilflosigkeit und Entsetzen

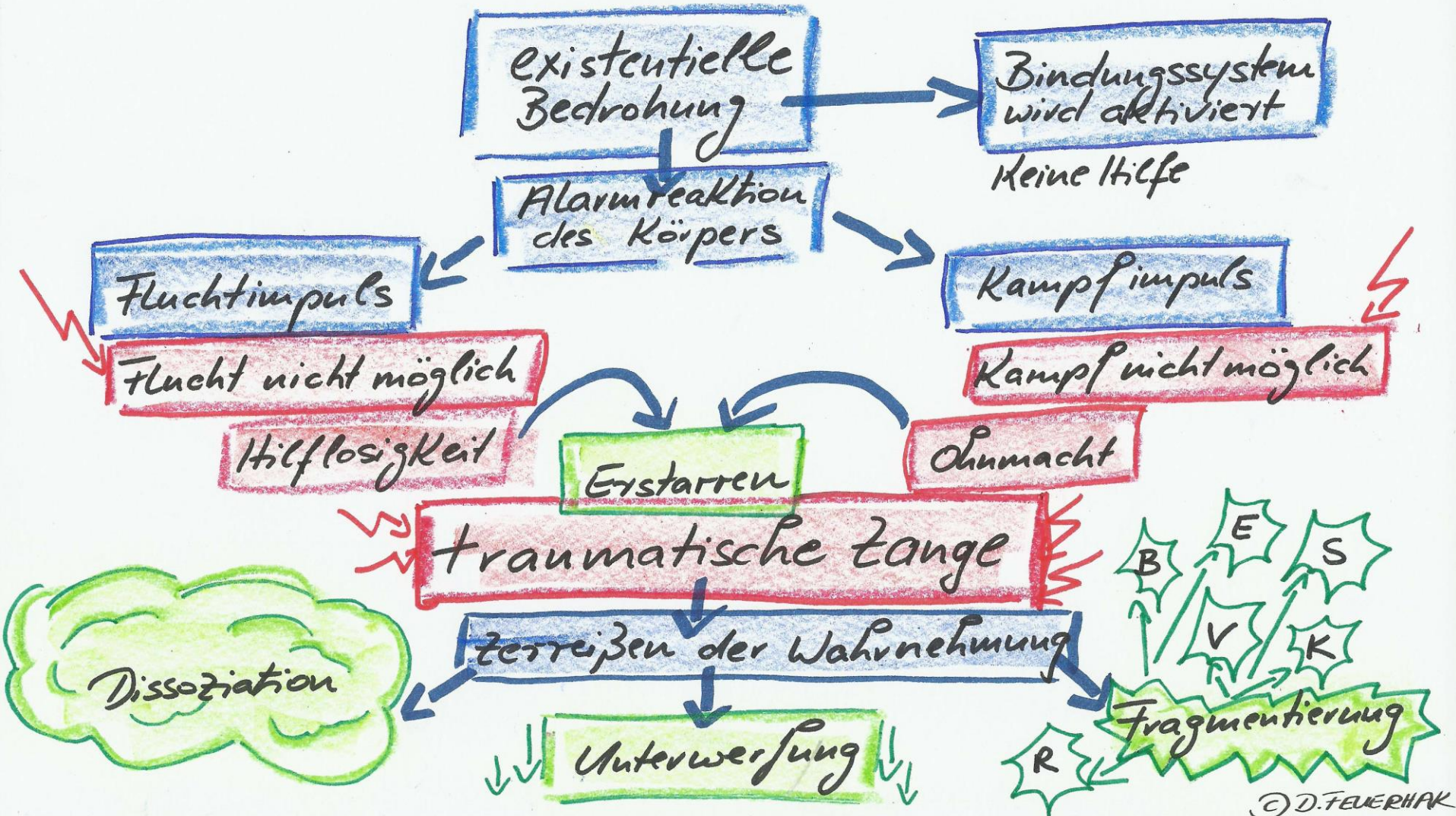
Bindungs- und Beziehungstraumatisierung (nach Wöller)



Dazu gehören:

- > emotionale Vernachlässigung
- > chronische Entwertung -> Sündenbockrolle
- > Behinderung d. psychosozialen Entwicklung
(durch Quälen, Isolieren, Terrorisieren, Ignorieren)
- > Erleben einer Vielzahl von Trennungen & Verlusten
- > Erleben von Gewalt, Gewaltausdrückungen oder
Suiziddrohungen zwischen den Eltern
- > Erleben von Substanzmissbrauch der Eltern
- > Missachtung der elementaren psychischen Bedürfnisse

Die traumatische Zange (nach M. Huber)



Das dreigliedrige Gehirn

Grosshirnrinde

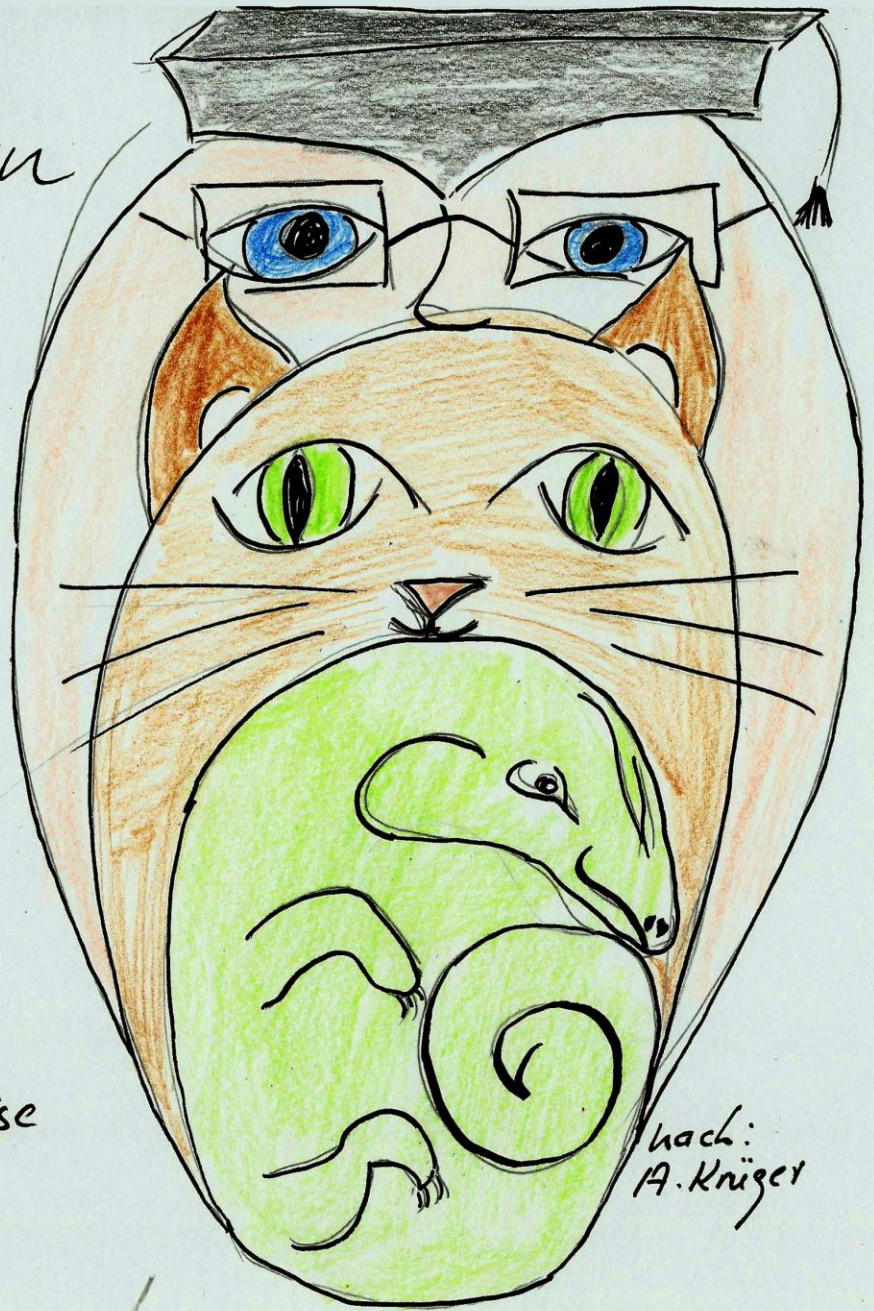
bewusstes Erleben, Denken
Kosten-Nutzenanalyse, Sprache
Handlungsplanung

Limbisches System

Ausdrucksverhalten, Gefühle
Stimmungen, Anpassungs-
reaktionen

Stammhirn

Reflexe, Instinkte, Regelkreise
zur Steuerung körperlicher
Prozesse



nach:
A. Krüger

Das Limbische System

Autobiografisches Gedächtnis

Körpergedächtnis

Hot memory

Gefühlig
durch
Hinweisreize



Fragmentierte
Inhalte

Amygdala

Nicht deklaratives
Gedächtnis

Ereignisspezifisches / emotionales
sensorisches Netzwerk

Sinnliche Eindrücke

+ Kognitionen

+ Emotionen

+ Körperwahrnehmung

emotionales
Gedächtnis

Cold memory

Willentlich
abrufbar

Hippocampus

Deklaratives
Gedächtnis



Archiv

überführt in
Langzeitgedächtnis

Chronologischer
Bericht

Wissen über Kontext
von Leben & Raum

+ Kontext (Was, Wann, Wo...)

Wissen über:

- Spezifische Ereignisse
- Lebensabschnitte
- generelle Ereignisse

© D. Feuerhahn

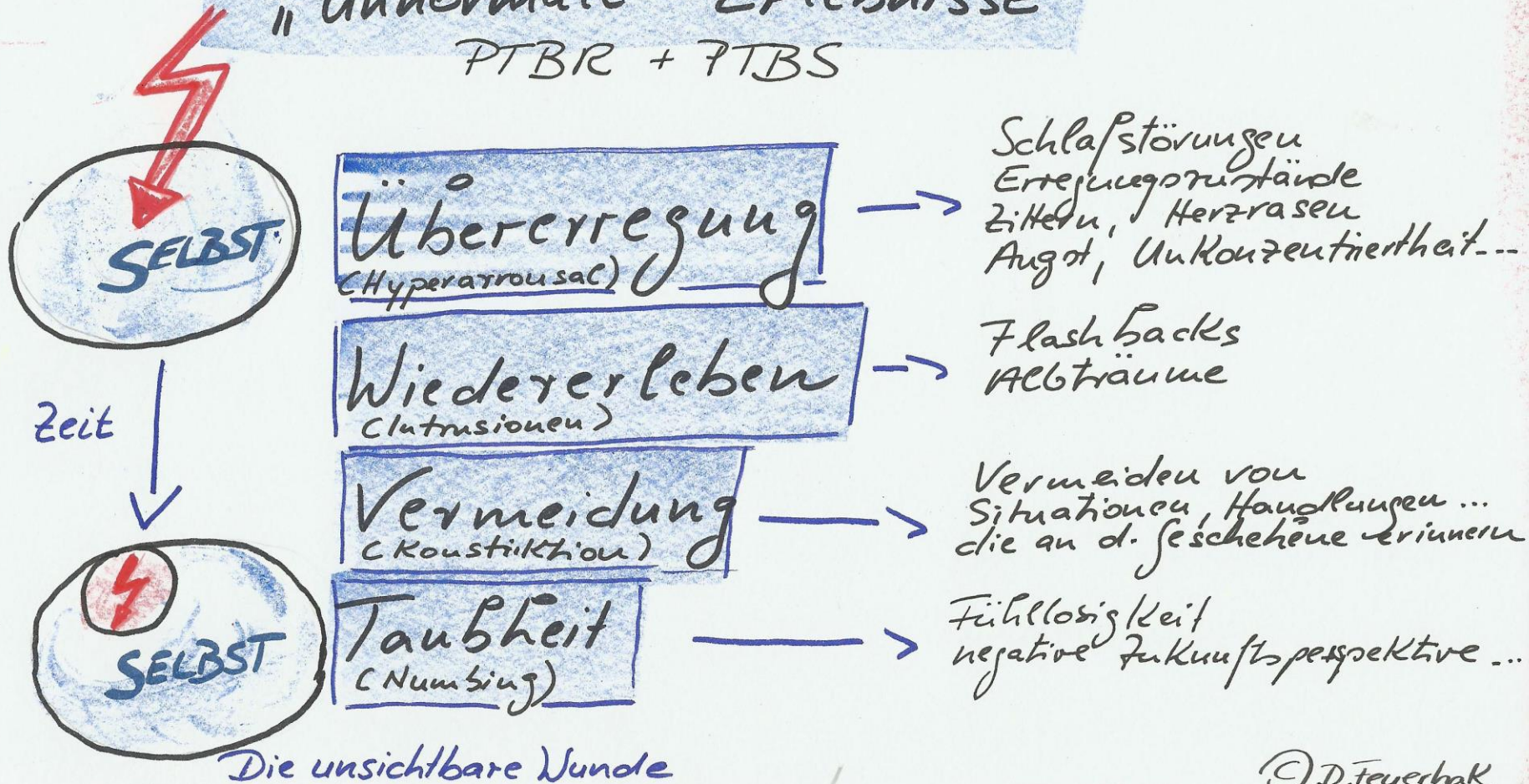
Neocortex

⇒ **Narration**

Broca Sprachzentrum

Das Vergangene ist nie tot, es ist nicht einmal vergangen
(William Faulkner)

"Normale" Reaktionen auf "unnormale" Erlebnisse PTBR + PTBS



Die Entstehung von Traumafolgestörungen

Ich glaube, dass der Kern jeder Traumatisierung in extremer Einsamkeit besteht (O. van der Hart)

Ereignisspezifische Faktoren

Individuelle Faktoren

Schwere
Art
Häufigkeit

traumatisches
Erfahrungen

Je näher die Beziehung, desto
massiver die Wirkung
Je häufiger, umso schlimmer
Je schwerer die Belastung
desto stärker die Folgen

Resilienz (psychische
Widerstandskraft)

Alter

- Hirnreife
- Stressverarbeitung
- Bewältigungs-
strategien
- Persönlichkeits-
entwicklung

Je jünger die
Betroffenen desto massiver die
Auswirkungen

© D. Feuerhake

Schutzfaktoren

für
positive
Bewältigung
traumatischer
Erfahrungen



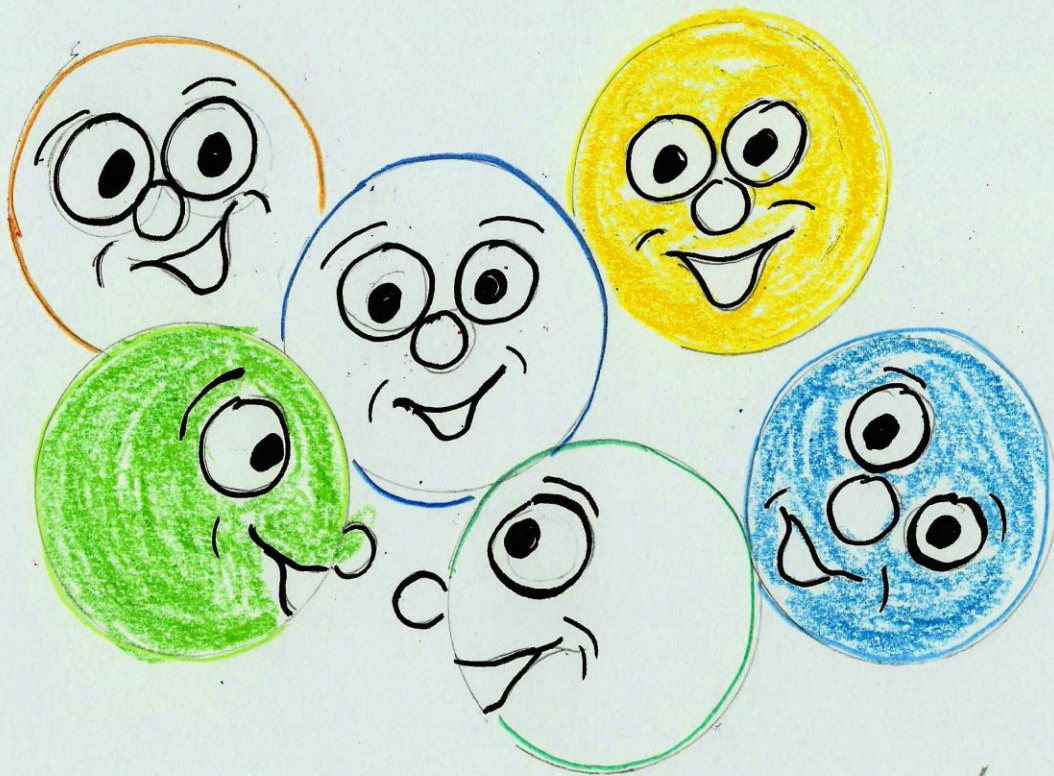
Sichere Bindung
Selbstwirksamkeitserwartung
Optimismus
Soziale Unterstützung
Intelligenz
Problemlösestrategien ...

Risikofaktoren

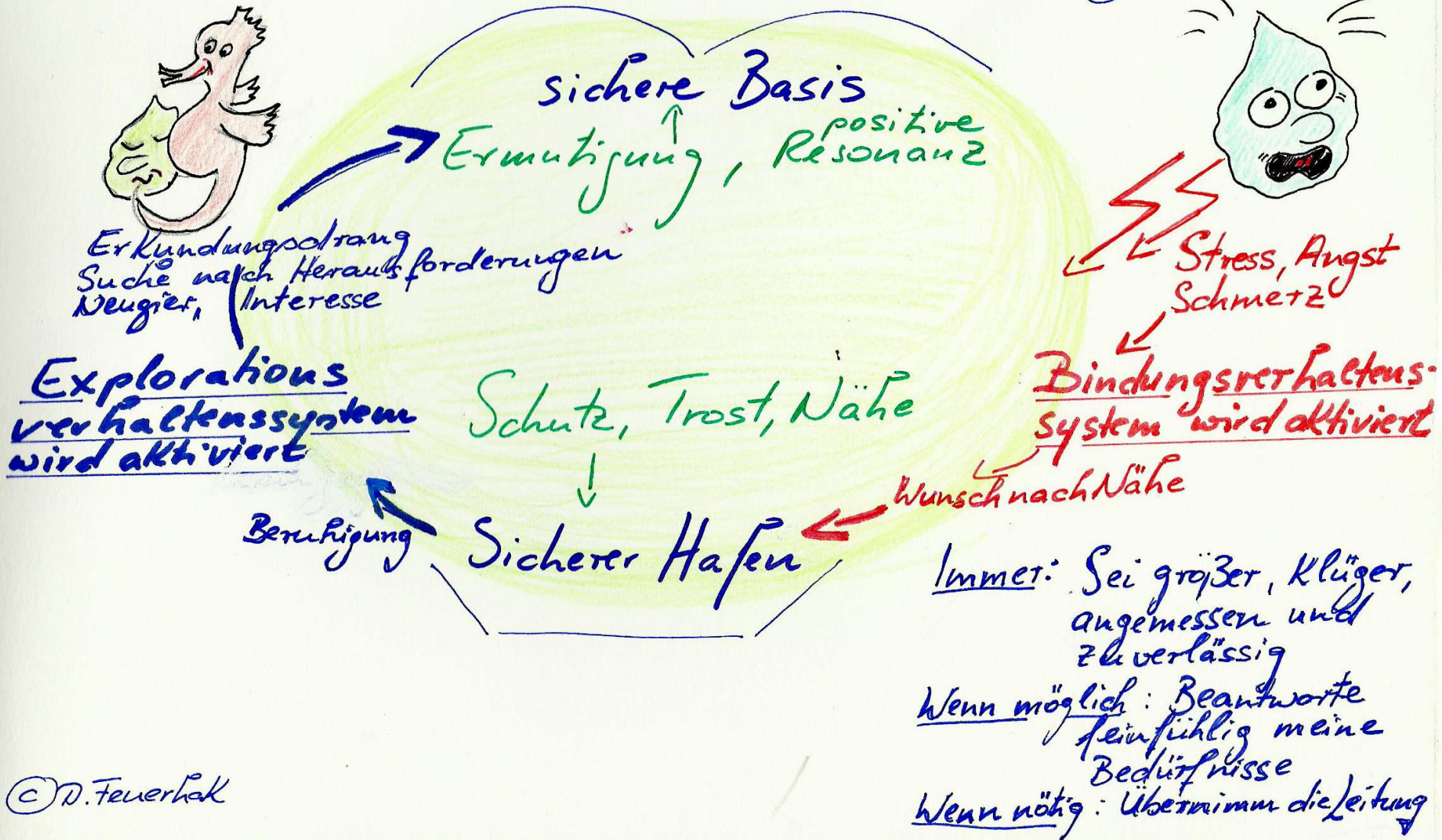
für
Traumafolge
störungen

- Fehlen der Schutzfaktoren
- Alter
- Schwere d. traumatischen Erfahrung
- Chronische Verläufe
- „Man made disaster“
- „Sicherer Hafen“ = „vermintes Gebiet“

Die wichtigste Eigenschaft eines Menschen
ist die Fähigkeit, Beziehungen zu anderen
Menschen zu bilden und zu erhalten (B. Perry)



Der Kreis der Sicherheit



Bindungsbedürfnisse

physiologische
Grundbedürfnisse

Bindung

Exploration

Sensorische
Stimulation

Körperliche /
seelische
Unversehrtheit

Selbstwirk-
samkeit

BINDUNGSSTILE

Bindungsangebot
weitgehend

feinfühlig, emphatisch
angemessen, prompt
verlässlich



Sicher

Zurückweisung von
Bindungsbedürfnissen
wenig empathisch



unsicher -
vermeident

Wenig Vorhersagbar
Schaukelbeziehung



unsicher
ambivalent

Kein kongruentes
Bindungsangebot
stark wechselnd



desorganisiert

Typ 1 Trauma

Einzelnes unerwartetes
Erlebnis von kurzer
Dauer



Auswirkungen
auf die Persönlichkeit
auf die Persönlichkeits
entwicklung

Meist klares, lebendiges
Wiedererinnern

↓
gute Behandlungsprognose

Typ 2. Trauma

- Serie miteinander
verknüpfter Ereignisse
- sich wiederholende
traumatische Erfahrungen
(Körperliche, seelische)
- zwischenmenschliche
Gewalt (chronisch)
- Misshandlungen, sexualisierte
Gewalt, Vernachlässigung
in der Kindheit



↓
Diffuses Wiedererinnern
Dissoziationstendenz
Bindungsstörungen

↓
schwerer behandelbar

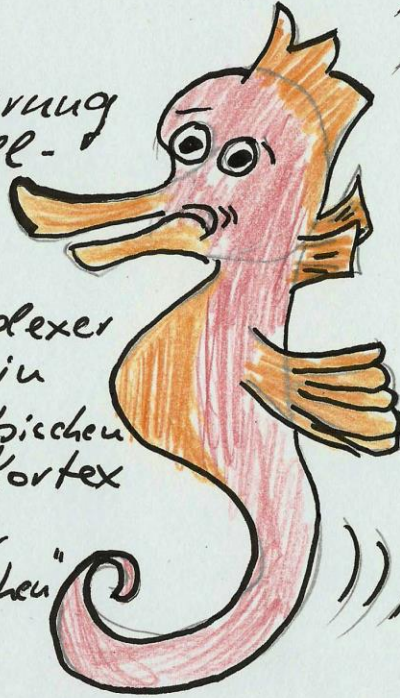
Folgen sequentieller Traumatisierung in der Kindheit

Hirnentwicklung

dauerhafte Aktivierung
archaischer Notfall-
reaktionen

Abbau bereits
gebahnter, komplexer
Verschaltungen in
Hippocampus, limbischen
+ präfrontalen Kortex

Entwicklung einer
„traumatoplastischen“
Struktur



Bindungsentwicklung

Leistungsfähigkeit

Selbstbild



Persönlichkeits-
entwicklung

Kategorien von Handlungssystemen

- psychobiologische, von Geburt an angelegte Verhaltens einheiten

Kategorie 1:

Verhaltens einheiten zur
Meisterung des Alltags
und Befriedigung attraktiver
Reize:

- physiologische Bedürfnisse
- Orientierung, Kontrolle
- Bindung
- Lust
- Selbstwerterhöhung



FRAGE:

Wie kann ich mich biologisch notwendig, einem
Menschen annähern, von dem mir große Gefahr
und Vernichtung droht?

Kategorie 2:

Verhaltens einheiten
zum Schutz vor
aversiven Reizen und
Flucht vor ihnen



Es kann immer nur
ein Handlungssystem
zu einem Zeitpunkt
aktiv sein!

Sekundäre Traumasymptome

(nach Levine / Kliuz)



Chronische Übererregung

Panikattacken
 mangelnde Konzentration
 übersteigerte Schreckreaktionen
 Nächtliche Angst, Alpträume
 Flashbacks
 Überaktivität, Ruhelosigkeit
 Verstärktes Risikoverhalten
 Plötzliche Stimmungswechsel
 Wutausfälle, Reizbarkeit
 Häufiges Weinen
 Regressives Verhalten



Dissoziation

Gedächtnisverlust
 Unaufmerksamkeit
 Häufiges Tagträumen
 Angst verdrückt zu werden
 Schwache emotionale Resonanz
 Reduzierte Fähigkeit zu Organisation + Planung
 Wenig Energie
 Leichte Ermüdbarkeit
 Starke Scheu
 Leben in Fantasiewelten



Erstarrung

verminderte Neugier
 Kopfschmerzen
 Magenschmerzen ...
 Hilflosigkeit
 Schult + Scham
 Wiederholen von Handlungen
 Asthma
 Bettnässen + Einkoten
 Vermischungsverhalten
 Haltungs-, Koordinationsprobleme

Traumatisierte Kinder

→ reagieren mit generalisierter
Übererregung auf neutrale
Reize

→ reagieren auf Auslöserreize
mit Flashbacks

→ haben Dissoziation als
Möglichkeit der Trennung
vor überwältigenden
Affekten gelernt

→ fühlen sich isoliert

→ haben keinen Zugang zu ihren
Gefühlen

→ entwickeln unterschiedliche
Charaktere



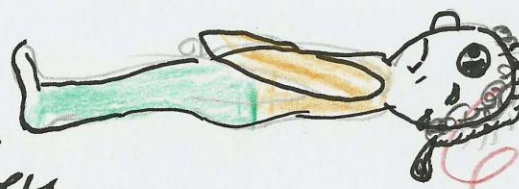
Hefte raus,
wir schreiben
einen Test!!

Blumen?
Ich liebe
Blumen

Ich bringe
dich um!!



Ich bin down und
weg



Ich sterbe

Komorbidität

Symptome der komplexen posttraumatischen Belastungsstörung

Störungen der
Sozialkompetenz

Störungen der
Empathiefähigkeit

Bindungsstörungen
Störungen der
Interaktion
+ Sexualität

PTBS

Typ II Traumata

Störungen der
Impulskontrolle
Selbstregulation
Stress toleranz

Störungen des
Selbstwerts
Selbstwirksamkeits-
überzeugungen

Dissoziations-
neigung

Störungen des
Körperselbst

Störungen der
kognitiven
Funktionen

Störungen der
emotionalen Regulation

Reviktimisierungs-
neigung

Somatisierungs-
störungen, Körperliche
Erkrankungen

© D. Feuerhake

Hilf mir zu mir selbst zu finden ...
(H. van Veen)

Traumatisierte Kinder brauchen:

- Sichere äußere Orte
- Sichere Bindungsangebote
- Psychoedukation
- Sichere + stabilisierende Angebote
- Aktivierung ihrer Ressourcen
- Selbstwirksamkeit + soziale Teilhabe
- Vorhersagbarkeit
- Würdigung ihrer Lebensleistung

... dann find ich auch zu dir

TRAUMAPÄDAGOGIK

Die Pädagogik des guten Grundes

nach W. Weiss

Förderung des Selbstverstehens

Unterstützung der Selbstakzeptanz

Sensibilisierung für Körperempfindungen
+ Gefühle

Förderung der Selbstregulation

Förderung der Körperwahrnehmung

Nicht müde werden, sondern dem Wunder lauschen, wie einem
Vogel die Hand hinhalten (Hilde Domin)

Es gibt viel Auszuhalten!
(eine Teilnehmerin)

Traumapädagogische Kompetenzen (nach C. Scherwath)



Emotionale Verfügbarkeit



Herzlichkeit



Selbst- + Stressregulation



Selbstreflexion



Selbstfürsorge



Neugier

Übertragung und Gegenreaktion

Übertragung von:

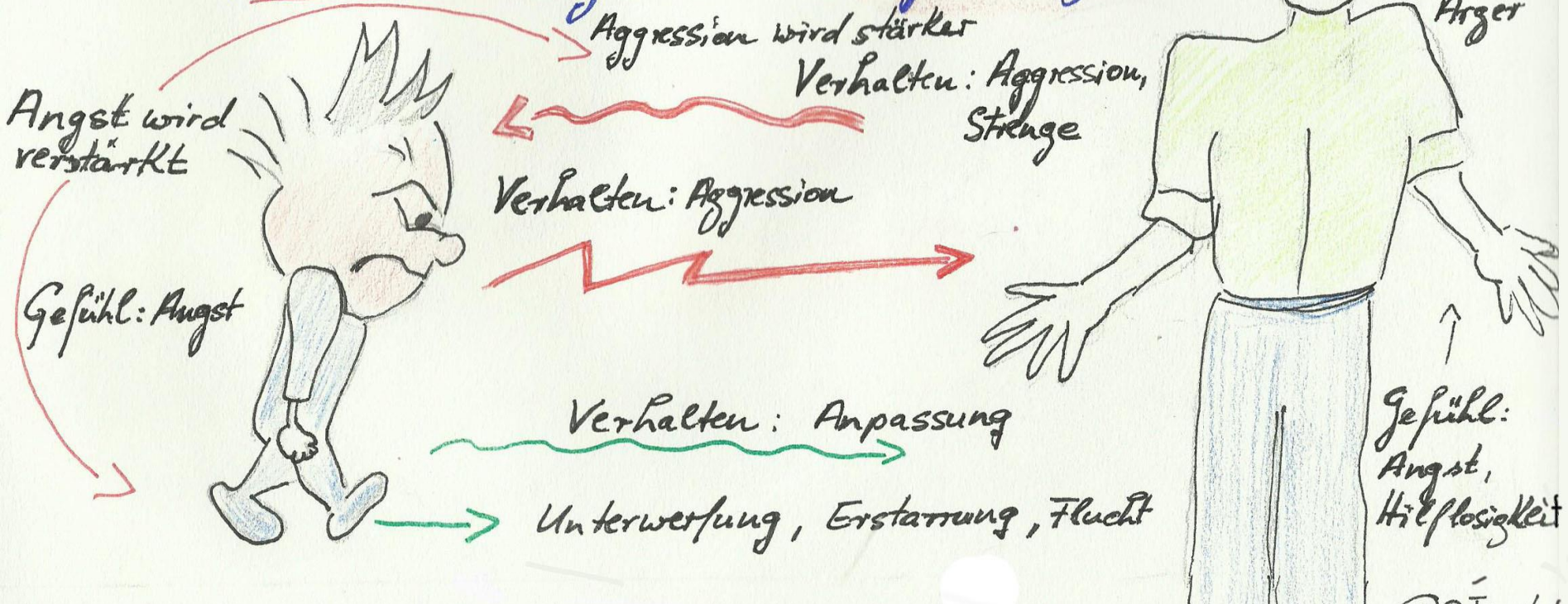
Beziehungserwartungen
Rollen

Gegenübertragung von:

Gefühlen

Reinszenierung von:

Erfahrungen





Dissoziation
als Überlastungsschutz

Kategorien dissoziativer Symptomatik

Gedächtnisfunktion

- Amnesien

Störungen der Identität

- Identitätsalteration
- Derealisation
- Depersonalisation

Passive Beeinflussung

Absorption / Trance

somatoforme Dissoziation



© D. Feuerhake

Strukturelle Dissoziation

(nach Nijenhuis)

Primäre strukturelle Dissoziation

Ein, meist dominanter ANP (Alltags-Ich);
phobisch bis amnestisch für das Trauma

Ein EP (traumatale), der die traumaassoziierten
Affekte trägt und durch Triggerreize ausgelöst, intrusiv
in den ANP eindringt

Sekundäre strukturelle Dissoziation

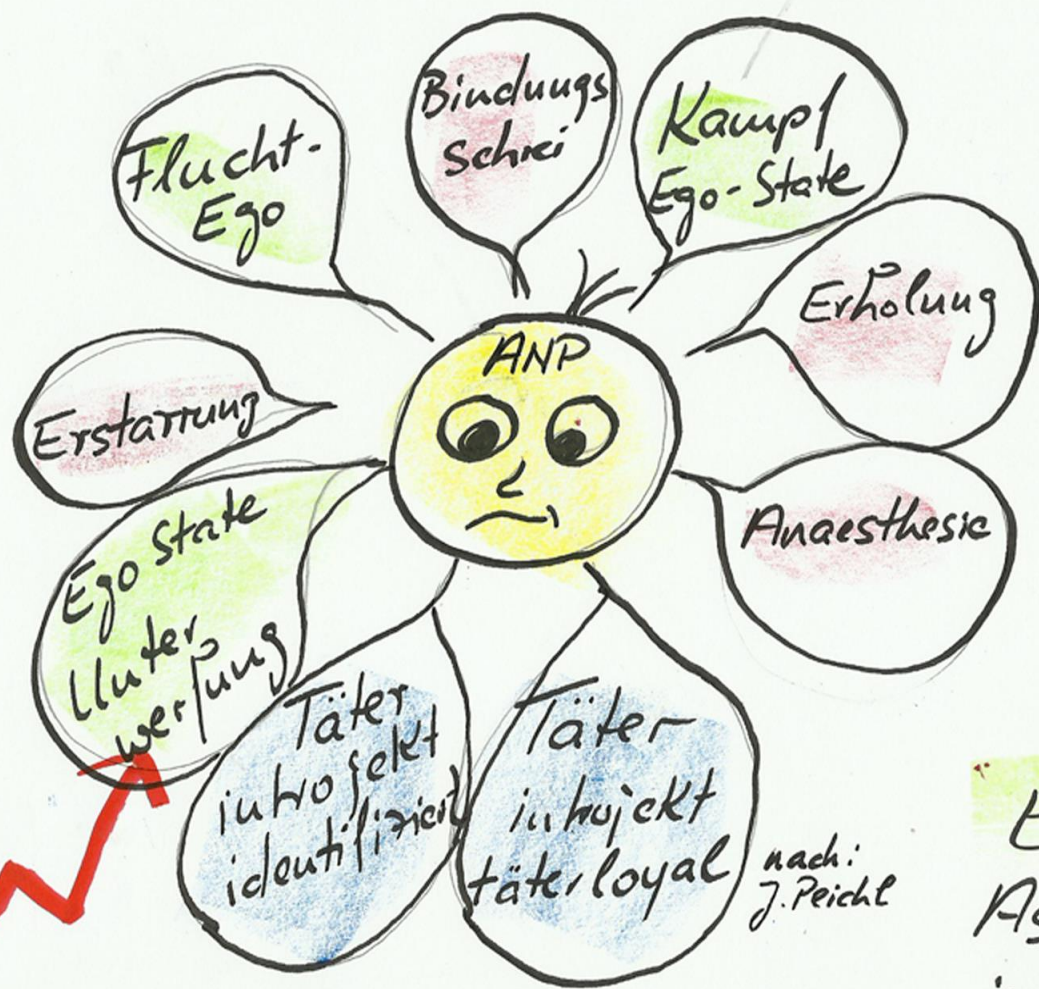
Ein ANP, mehrere EPs → teildissoziierte, aber
dem Selbst meist zugehörig erlebte Selbstanteile

(Affekt - States und Ego - States mit starren KKEV Mustern)

Tertiäre strukturelle Dissoziation (Dis)

Alltagsfunktionen auf mehrere ANP's aufgeteilt + EP's
objektiv + subjektiv voll abgespaltene Selbst-Zustände
Extrinsische und intrinsische Triggerreize lassen
diese unkontrolliert wechseln - Können sich häufig nicht

© D. Feuerhake



Introjekte identifizieren sich mit dem Aggressor

Affekt-States ähneln den physiologischen Verteidigungssystemen

Ego States bewahren Aspekte d. Ereignisses in sich auf;
 Körpererinnerungen
 Kognitionen
 Emotionen u.
 Verhalten in d. Situation

nach:
J. Peichl

EP (hier: Unterwerfung)

übernimmt - wenn getriggert die Regierungsgeschäfte und folgt dem in ihm gespeicherten →

MUSTERN

K
K
E
V

© D. Feuerhake

