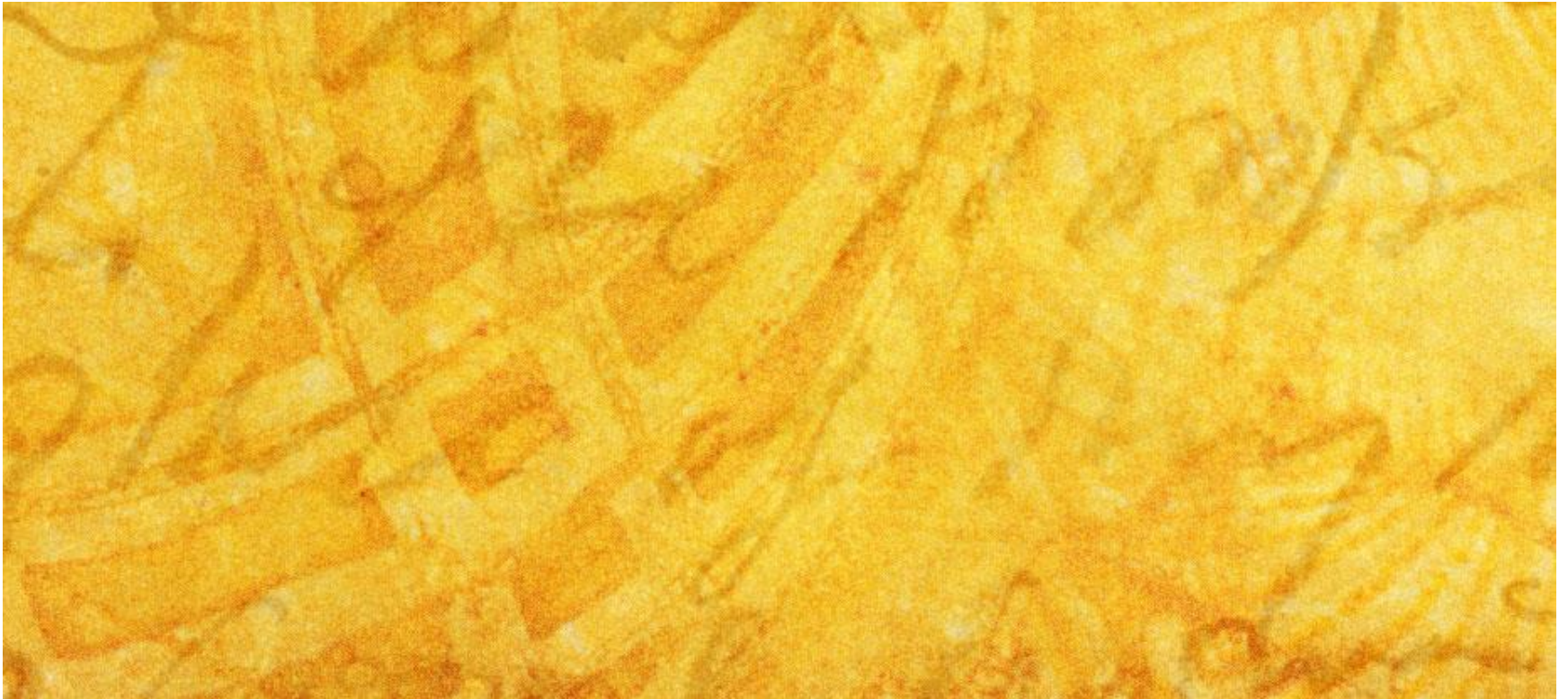




Trauma und Resilienz



Falldarstellung

- **Die 4jährige Seda musste in Syrien erleben wie die Eltern im heimatlichen Garten erschossen wurden. Sie begab sich anschließend mit ihrem ältesten 16jährigen Bruder Amir auf die Flucht nach Deutschland. Sie brauchten insgesamt 6 Monate, in denen Amir Gewalt ausgesetzt war. Beide kamen schließlich in einem Kinderdorf unter.**
- **Seda zeigte starke Auffälligkeiten, so weigerte sie sich im Kindergarten nach draußen zu gehen, mitunter starrte sie vor sich hin und war kaum ansprechbar. Nachts wachte sie oft schreiend auf und malte verstörende Bilder mit vielen Toten. Beim Anblick einer Spielzeugpistole und Lärm zitterte Seda am ganzen Körper und konnte nur mit Mühe beruhigt werden. Es fällt Seda schwer im Stuhlkreis sitzen zu bleiben, sie ist sehr unruhig.**

Was ist ein seelisches Trauma ?

- **Analog zu körperlichen Traumata: eine Verletzung der Seele, der Psyche**
- **Körperliche Verletzungen sind in der Regel sichtbar**
- **Seelische Verletzungen sind unsichtbar, d.h. aber nicht, dass sie weniger wirksam sind als körperliche Verletzungen!**
- **Extrembelastungen überfordern das Bewältigungssystem**

Geschichte

Kinderpsychotraumatologie

Anna Freud (1940-45): Kriegskinder

Leonore Terr (1981):

Typ I

- Ein einmaliges traumatisierendes Ereignis, keine besonderen Vortraumatisierungen

Typ II

- Wiederholte und frühe Traumatisierungen, bzw. kontinuierliche Traumatisierungen

Was ist ein Trauma?

International Statistical Classification of Diseases – ICD-10:

„ein belastendes Ereignis oder eine Situation außergewöhnlicher Bedrohung oder katastrophenartigen Ausmaßes (kurz oder langanhaltend), die fast bei jedem eine tiefe Verzweiflung hervorrufen würde“.

Was ist ein Trauma ?

- „ Ein psychisches Trauma ist ein vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit Gefühlen von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine dauerhafte Erschütterung von Selbst- und Weltverständnis bewirkt.“

Fischer & Riedesser 1998

Traumadefinition

- **Trauma als Ereignis? → objektive Definition?**
- **Trauma als Erleben? → subjektive Definition?**
- **Eine umfassende Definition von Trauma muss sowohl einen objektiven Ansatz als auch einen subjektiven Ansatz berücksichtigen**

Kernsymptome bei einem Psychotrauma

Intrusionen z.B. Flashbacks, Albträume,
Gerüche

**Angst-
Vermeidungsverhalten**

Übererregung z.B.
Schreckhaftigkeit,
Konzentrations-
schwierigkeiten

Mögliche Symptome

- Kind ist zurückhaltend, spricht wenig**
- Kind ist aggressiv gegen sich oder andere**
- Kind ist unruhig, schreckhaft und leicht reizbar**
- Kind hat körperliche Symptome wie Bauch- und Kopfschmerzen**
- Kind wirkt erwachsen, frühreif**
- Kind wirkt viel jünger als es eigentlich ist**
- Kind zeigt gar keine Auffälligkeiten**

Wahrscheinliche Folgen der Flucht

- **sie sind traumatisiert**
- **sie trauern**
- **sie erleben einen Kulturschock**
- **sie sind in doppelter Hinsicht sprachlos**
- **sie leben erneut in Armut**
- **ein zusammengebrochenes Familiensystem**

Die Traumatische Situation

- stellt die erste Phase des Verlaufsmodell dar**
- macht subjektives Reagieren unmöglich**
- jede Reaktion ist überlebens-not-wendig**

Traumatische Reaktion

- die traumatische Reaktion als Notfallreaktion stellt die zweite Phase des Verlaufsmodells dar**
- gelingt die Verarbeitung des Ereignis, führt die traumatische Reaktion zur Erholung**

Traumatischer Prozess

- kann die traumatische Erfahrung nicht aufgearbeitet werden, geht die Traumatische Reaktion in den Traumatischen Prozess über**
- Versuch die überwältigende und existentiell bedrohliche Situation in den Lebensentwurf zu integrieren**
- Prozess des Zulassens und der Abwehr der Erinnerungen an die Traumatische Situation, um eine erneute Überflutung zu verhindern**

Verlauf der Traumatisierung

Traumatische Situation

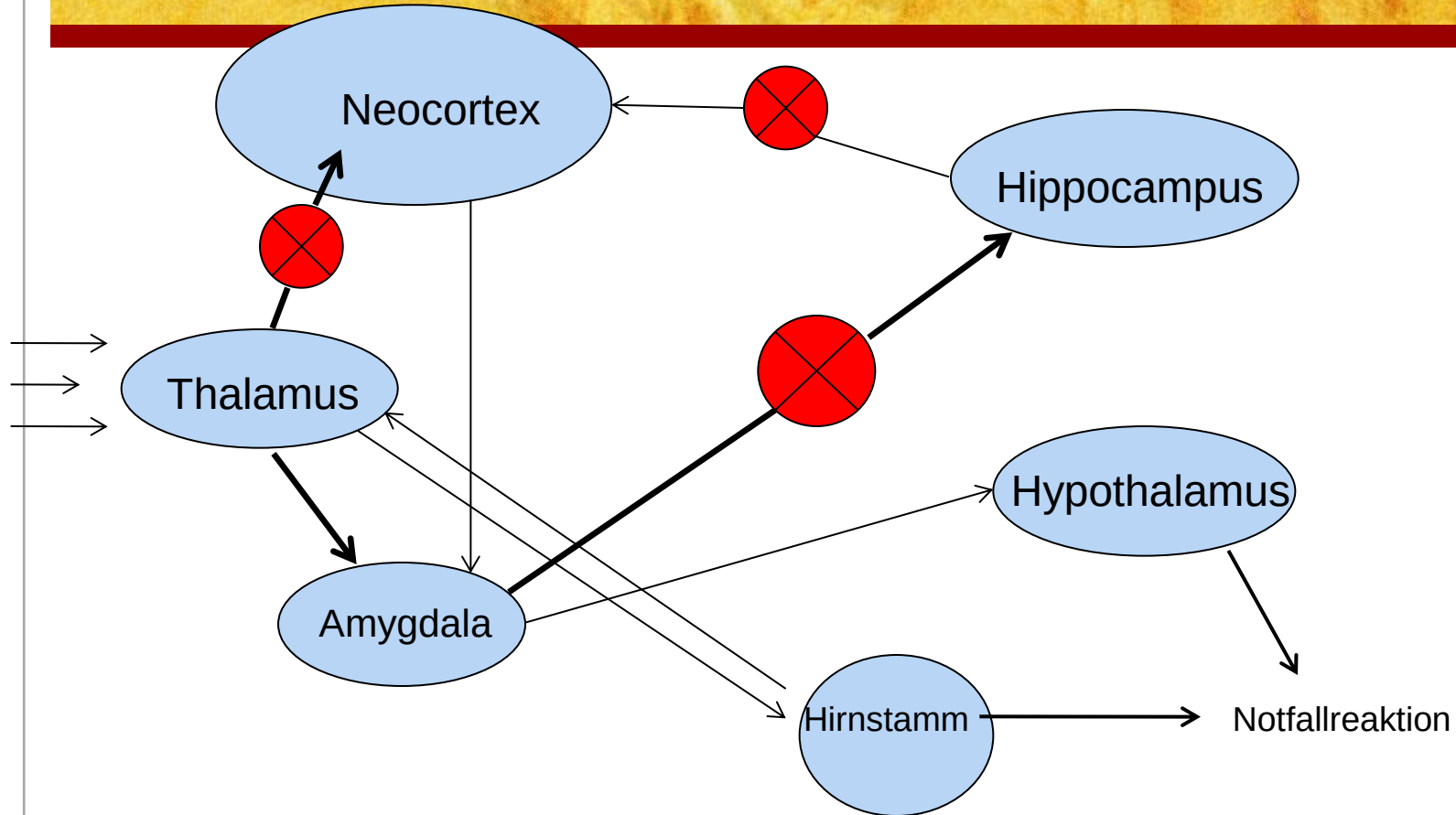


Traumatische Reaktion → Erholung



Traumatischer Prozess

Neurobiologie des Traumas



Risiko- und Schutzfaktoren

Risikofaktoren

- weibliches Geschlecht
- Anzahl der traumatischen Erfahrungen
- Verlust / Verschwinden eines Elternteils
- fehlendes Gefühl von Sicherheit
- soziale Isolation
- ungeklärter Aufenthaltsstatus
- finanzielle Härten
- postmigratorischer Stress
- inadäquate Unterbringung
- Sprachprobleme
- Rassismus

Schutzfaktoren

- persönliche Dispositionen (Resilienz)
- starke Glaubenssysteme
- familiärer Zusammenhalt
- Ausmaß an sozialer Unterstützung
- Copingstrategien, z. B. Kontrolle über Traumasymptome
- Pflegefamilien gleicher ethnischer Herkunft
- positive Schulerfahrung

Mina Fazel et al 2012

Psychodynamik des Traumas

Das traumatische Geschehen erzeugt eine Spannung zwischen den Selbstheilungsversuchen (Vermeiden des Wiedererlebens) und dem Wiedererleben des Traumas.

Verankert wird diese Spannung u.a. durch physiologische Bedingungen.

Psychodynamik des Traumas

Im psychischen System lässt sich die Spannung durch zwei Kräfte beschreiben:

- **Durch das Traumaschema (Wahrnehmungs- und Handlungsschema), sowie**
- **Das Traumakompensatorische Schema**

Das Symptom stellt den Kompromiss beider Kräfte dar.

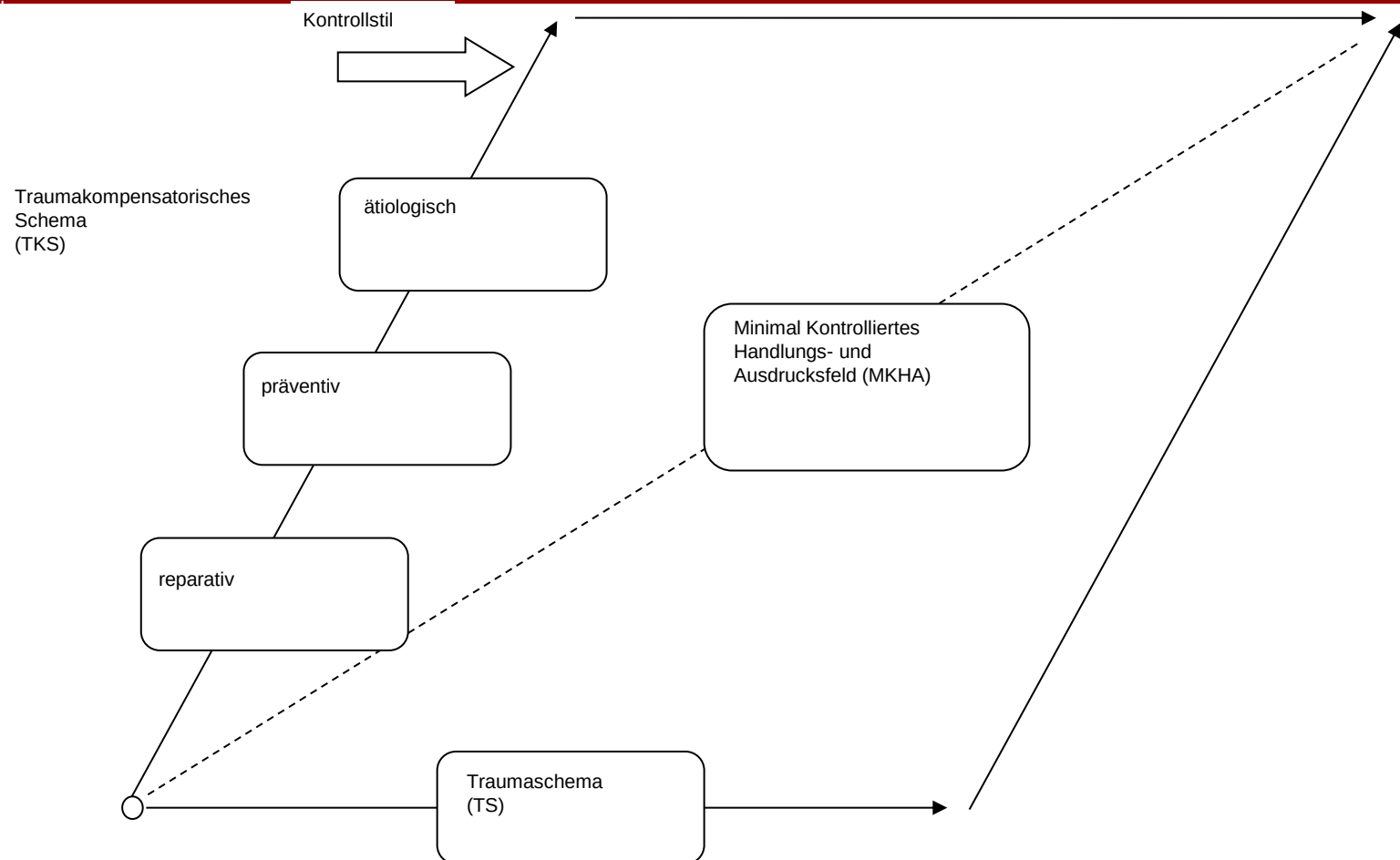
Traumaschema (Fischer & Riedesser)

- **Zentrales, in der traumatischen Situation aktiviertes Wahrnehmungs-/Handlungsschema, das im Sinne von Trauma als einem unterbrochenen Handlungsansatz mit Kampf- und Fluchttenz die traumatische Erfahrung im Gedächtnis speichert.**

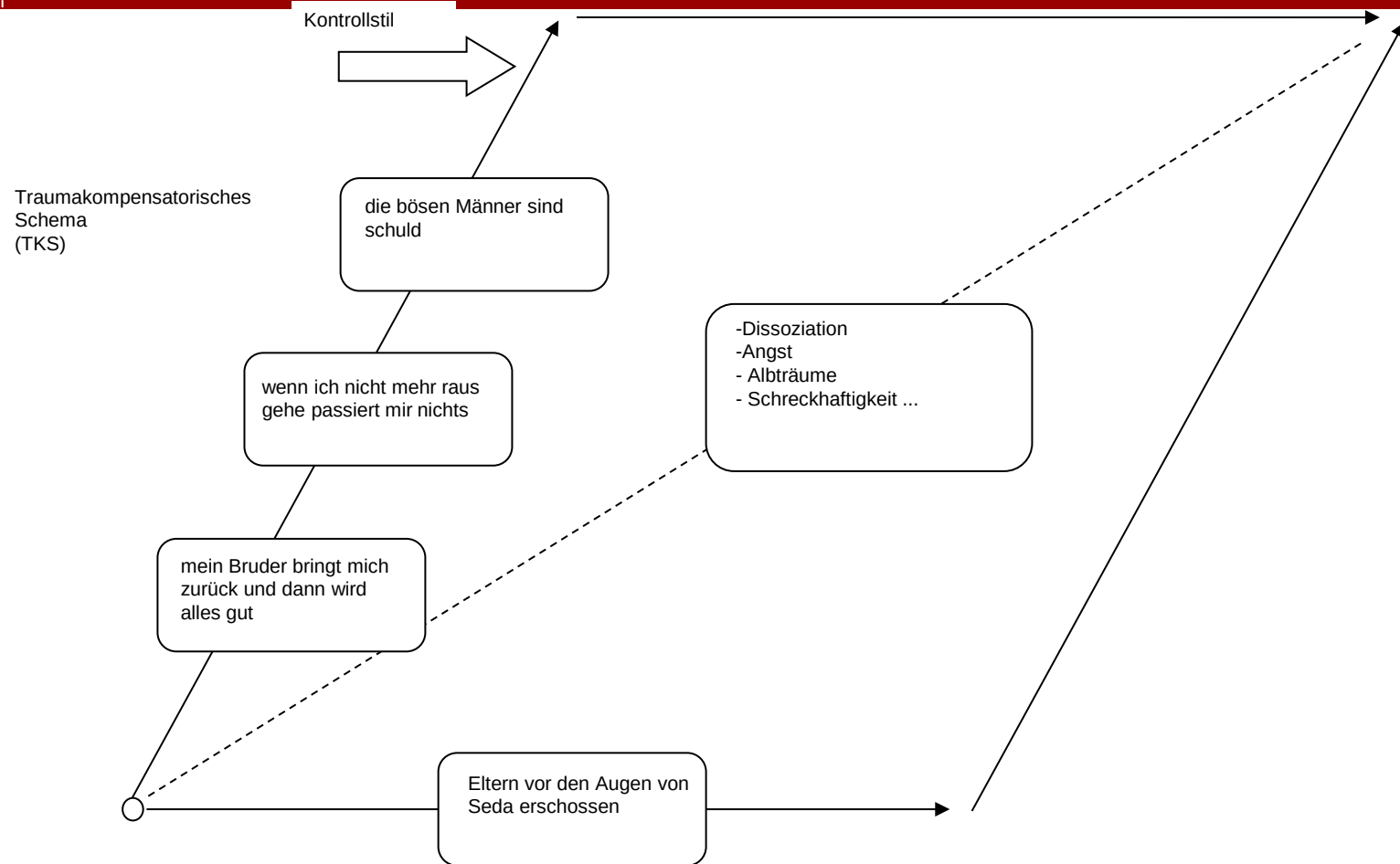
Schema (Fischer & Riedesser)

- **Basisstrategie und individuelle Ausprägung der traumakompensatorischen Maßnahmen.**
- **Das TKS umfasst 3 Komponenten:**
 - **Eine ätiologische Theorie**
 - **Die Heilungstheorie**
 - **Die präventive Theorie**

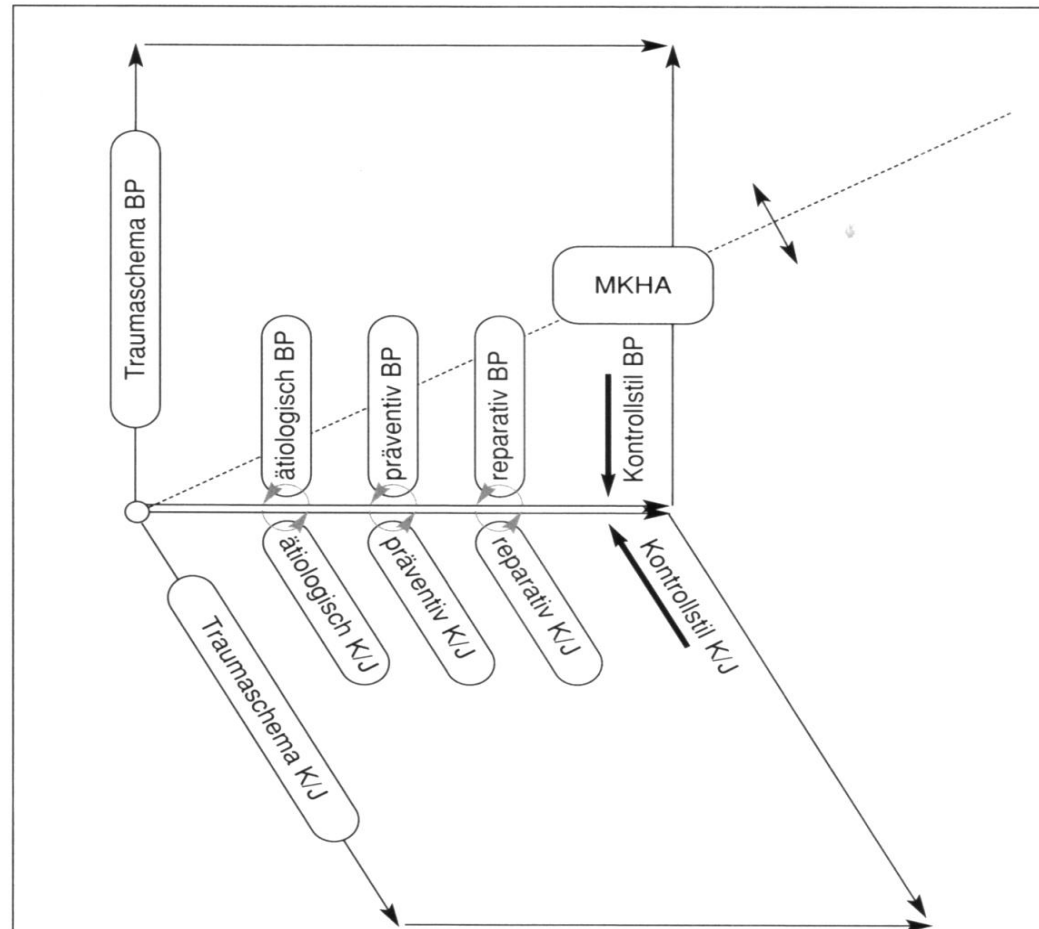
Psychodynamik des Traumas



Psychodynamik des Traumas



Psychodynamik des Traumas



Resilienzfaktoren

um kritische Situationen zu bewältigen braucht es:

- 1. Selbst- und Fremdwahrnehmung**
- 2. Selbstwirksamkeit und Selbstwirksamkeitserwartung**
- 3. Soziale Kompetenz**
- 4. Problemlösefähigkeiten**
- 5. Adaptive Bewältigungskompetenz**

nach Fröhlich-Gildhoff & Rönna-Böse, 2015

Vorraussetzung für Resilienz

Eine sichere Bindungsbeziehung zu einer wichtigen Bezugsperson ist die Basis für die Entwicklung von Resilienz.

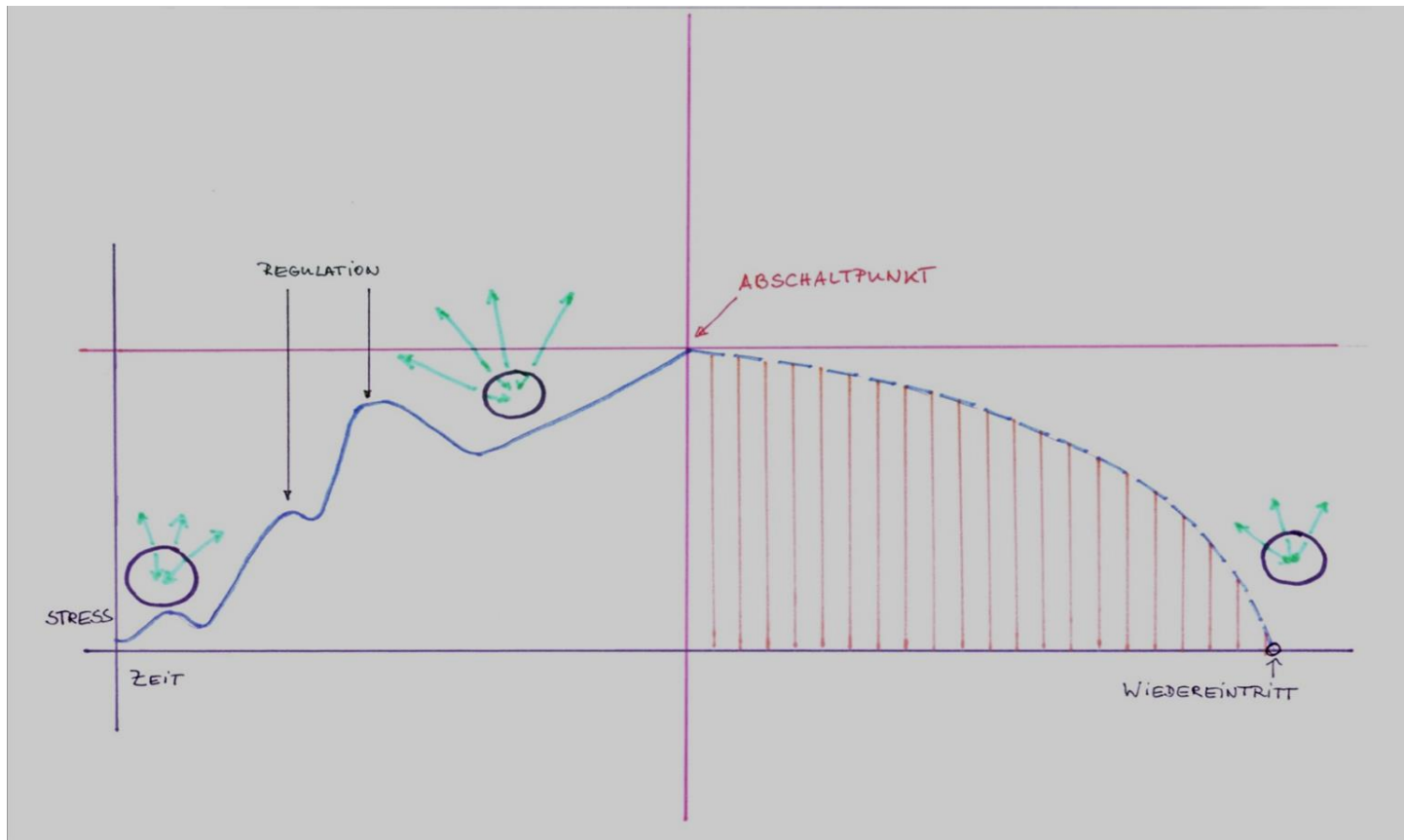
Resiliente Kinder scheinen besonders geschickt darin zu sein für sich sogenannte Surrogateltern zu rekrutieren.

Resilienz und Trauma

Durch eine traumatisierend erlebte Situation kann das vertraute Interaktionsmuster zwischen Kind und Bindungsperson sich verändern und an die Stelle von Sicherheitsgefühl und Regulierungsfähigkeit tritt Angst und Irritation.

Hilfreich ist es Bezugspersonen früh zu befähigen die Bedürfnisse des Kindes gut zu lesen, zu bedienen und das Kind zu spiegeln oder / und pädagogische Zusatzangebote zu implementieren.

Abschaltpunkt



Danke für ihre Aufmerksamkeit

?

?

?

Zeit für Fragen...

?

?

?