



„Weshalb uns traumatisierte Kinder an die Grenzen bringen.“

Fachtag für westfälische Pflegefamilien



Risikofaktoren

Selbst oder als Augenzeugin erlebt

- **(Emotionale) Vernachlässigung, anhaltende Abweisung**
- **Körperliche Gewalt**
- **Sexuelle Gewalt**
- **Häusliche Gewalt**
- **Eine schwere (insb. psychische) Störung der Eltern**
- **Unfälle, schwere Krankheiten, Krankenhausaufenthalte**
- **(gewaltsamer) Tod eines Familienangehörigen**
- **Obdachlosigkeit, Flucht, Krieg, Naturkatastrophen usw.**
- **Traumatisierung durch Trennung**
- **Sucht**
- **Armut**
- **Vorgeburtliche Stressüberflutung**



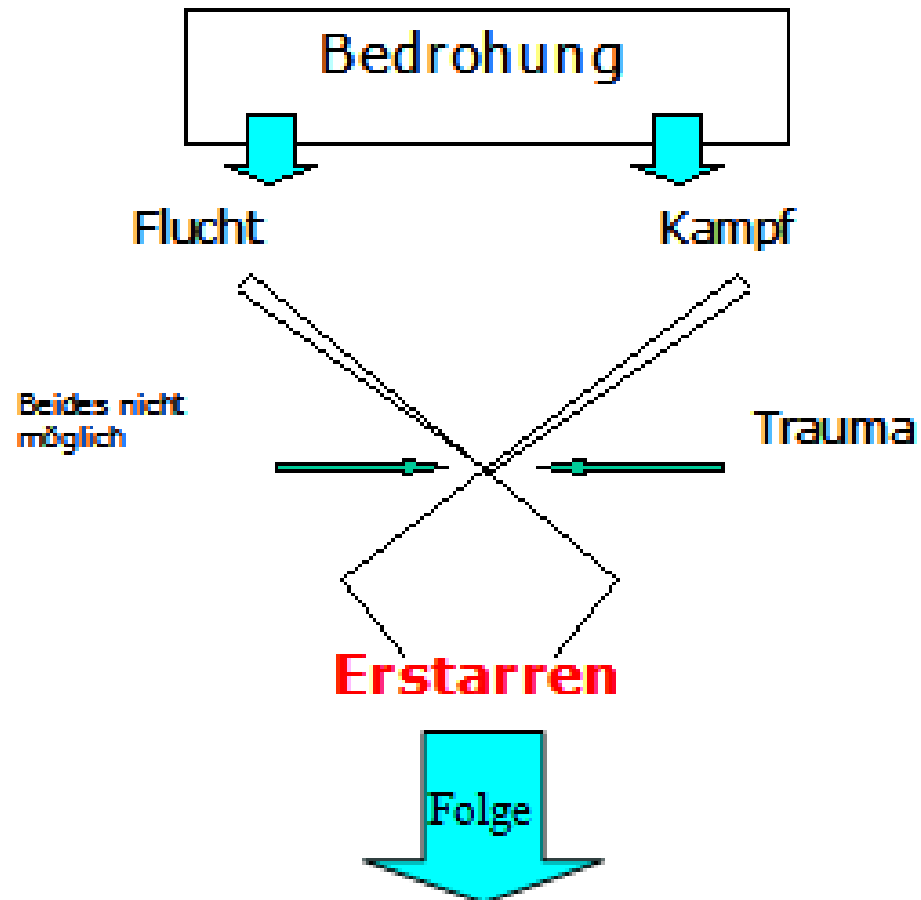
Traumata

- **Treten auf durch Ereignisse, die normale Anpassungsstrategien des Menschen überfordern.**
- **Sind Bedrohungen für Leben und körperliche Unversehrtheit.**
- **Sind unmittelbare Begegnungen der Betroffenen mit Gewalt und Tod.**
- **Psychische Traumata sind immer von Gefühlen intensiver Angst, Hilflosigkeit, Kontrollverlust und drohender Vernichtung begleitet.**
- **Traumatische Reaktionen treten auf, wenn Handeln keinen Sinn hat. Jedes Element des komplexen Reaktionsgefüges besteht fort, meist in veränderter und übersteigerter Weise.**
- **Frühe Beziehungstraumata sind besonders schädigend**

Angelehnt an J. L. Herman 1994



Direkte Traumafolgen





Das Vergangene wirkt

- 1. Der Kontrollverlust im Gehirn**
- 2. Kinder übertragen alte Erlebnisinhalte**
- 3. Die Wirkkraft alter Beziehungserfahrungen**
- 4. Auf sich selbst zurückgeworfen**



Die Traumatische Übertragung

Die Übertragung

Übertragung ist eine psychoanalytische Bezeichnung. Erfahrungen mit früheren Bindungspersonen werden in aktuelle Kontakte übertragen.

Das jetzige Gegenüber wird mit dem damaligen „verwechselt“. **Es wird die gleiche Verhaltensweise erwartet** wie von der früheren Bindungsperson.

Die traumatische Übertragung

Der wesentliche Unterschied zwischen normaler und traumatischer Übertragung ist die destruktive Kraft der frühen Erfahrungen der Mädchen und Jungen, die die Beziehungen zu anderen Menschen immer wieder stört



„Ich glaube, dass der Kern jeder Traumatisierung in extremer Einsamkeit besteht, im äußersten Verlassensein. Eine liebevolle Beziehung, die in mancher Hinsicht einfach ist, wird unerlässlich sein, um überhaupt von einem Trauma genesen zu können.“

(Onno van der Hart)



Traumatische Bindungserfahrungen

- **Eine Bindungsperson als Quelle emotionaler Sicherheit und externe Regulation fehlt oder ist willkürlich.**
- **Die durchgängige Beziehungserfahrung ist Furcht.**
- **Das Kind lebt in dem Konflikt zwischen seinem Bedürfnis nach Sicherheit und Furcht.**
- **Das Kind lebt für sich und erfährt keine Fürsorge durch Erwachsene**



Die Beziehungsfallen

- **Die Kinder kleben an Ihrem Rockzipfel und lassen Ihnen keine Luft (verstrickt).**
- **Die Kinder nehmen ihre Beziehungsangebote nicht an und werten Sie ab (abweisend).**
- **Sie wollen alles Schlechte, was das Kind erlebt hat, wieder gut machen, sie gehen über Ihre Grenzen und negieren Gefühle wie Ärger und Wut.**



Auf sich selbst zurückgeworfen

- 1. Auch wir übertragen alte Erlebnisinhalte**
- 2. Die Konfrontation mit eigenem Erleben**
- 3. Die Gegenübertragungsgefühle**
- 4. Das Mitleiden**



Die Traumatische Gegenreaktion

Die Gegenreaktion

Begriff aus der Psychoanalyse: Gefühle und Gedanken, die in einer Person durch eine andere aufgerufen werden

Die Traumatische Gegenreaktion

Traumatische Gegenübertragungen können Hass und sadistische Impulse beinhalten



Das Heute gestalten

- **Die Selbstbemächtigung unterstützen**
- **Das Konzept des guten Grundes Übertragungen und Bindungsfallen meistern**
- **Die eigene Psychohygiene durch Selbstreflexion und Selbstfürsorge stärken**

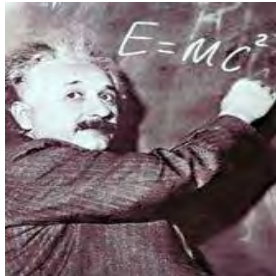


Die Unterstützung zur Selbstbemächtigung

- **Die Förderung des (kognitiven) Selbstverstehens**
- **Die Förderung der Selbstregulation**
- **Die Unterstützung der Selbstakzeptanz**
- **Anerkennung der Lebensleistung**



Wie der Kopf und der Körper reagieren



Chef-Etage: Großhirn(rinde), Kortex

Denken, planen, entscheiden, zielgerichtetes Handeln, rationale Entscheidungen

1. Stock: Amygdala, Lymbisches System

Warnzentrale, Steuerzentrale der Gefühle und Speicherzentralen für zersplitterte Wahrnehmungen

Erdgeschoss: Reptiliengehirn

Art- und Selbsterhaltung, Atmung, Blutdruck, Körperfunktionen und -reaktionen





Das hilfreiche Wort „Weil“ zur Unterstützung von Selbstakzeptanz

- **Das Wort weil lädt zum Antworten ein**
- **Es lädt ein, über sich nachzudenken**
- **Weil? Transportiert eine wertschätzende Haltung**
- **Die Weilfrage ermöglicht die Suche nach alternativem Verhalten.**



Der Umgang mit „störenden“ Verhaltensweisen

- **Das Begreifen der Verhaltensweisen im Zusammenhang mit ihrer Entstehungsgeschichte**
- **Wertschätzung der Verhaltensweisen als Überlebensmöglichkeit**
- **Bedanken bei den Verhaltensweisen**
- **Das Überprüfen, ob dieses Verhalten weiterhin notwendig ist**
- **Das Erarbeiten von alternativen Handlungsmöglichkeiten, bzw. die Erweiterung des Verhaltensspielraumes**
- **Die Kinder werden zum Subjekt ihres Tuns**



Die Kontrolle im Gehirn zurückerobern

- **Die Übererregung abführen**
- **Die Übererregung regulieren**
- **Die Dissoziation unterbrechen**
- **Die Erstarrung unterbrechen**



Stress:	Erregungsniveau auf Skala von 1 bis 10 einstufen.
Aufregung	Verschiedene Alltagssituationen nach Erregungsniveau einordnen.
Erregung	Wie steigt das Erregungsniveau in Krisensituationen?
Übererregung	Erregungsniveau absenken (Entspannungsübungen, Bewegung).
Überflutung	Wo im Körper wird Stress gespürt (in Körperschema eintragen).
Nervosität	



Lei(d)tfaden der Übertragungen

- Traumatische Übertragungen wahrnehmen
- Innehalten, Gegenreaktionen wahrnehmen, aus Gegenreaktion rausgehen
- In Beziehung bleiben
- Auf Eigensicherung achten. Sich nicht vom Kind schlagen lassen.
- Übertragungsinhalte wahrnehmen
- Sicherheit für das Kind herstellen, deeskalieren
- Ich sehe Deine Bedürfnisse, ich respektiere Deine Gefühle
- Übertragungsinhalte mit dem Kind erforschen
- Dem Kind die Kontrolle über die Situation lassen
- Eigene Gegenreaktionen versorgen



Heilende Bindungserfahrungen

- Sie mögen Ihr Pflegekind
- Sie bieten ihm einen weitestgehend sicheren Ort
- Sie lassen ihm seine Liebe oder Ambivalenzen zu den leiblichen Eltern
- Sie erwarten kein Vertrauen
- Sie respektieren das Misstrauen und/oder seine Erfahrung, für sich selbst sorgen zu müssen
- Sie reden mit ihm über Misstrauen und Alleine sein
- Sie unterstützen sie oder ihn bei der Klärung der Sinnhaftigkeit alter Bindungsmodelle für heute und ein gutes Leben in der Zukunft
- Sie reflektieren die Bindungsfallen



Sie sind wichtig

- **Achten Sie auf Ihre leiblichen Kinder**
- **Achten Sie auf Ihre Liebe**
- **Erobern Sie sich Freiheit in der Konfrontation mit traumatischen Übertragungen und Gegenreaktionen**
 - ❖ **Übertragungen des Kindes identifizieren**
 - ❖ **eigene Übertragungen reflektieren**
 - ❖ **Traumatische Gegenreaktionen spüren und minimieren**
- **Lassen Sie sich durch die Bindungsfallen nicht entmutigen.**
- **Nehmen Sie sich Zeit für die Regulation Ihrer Gefühle**
- **Denken Sie an Ihre Gesundheit**
- **Seien Sie mutig, das Schlimme ist schon längst geschehen**



**„Durch die Verknüpfung von Integrität und
Vertrauen in
fürsorglichen Beziehungen wird nicht nur der Kreis
der
Generationen geschlossen, sondern es wird auch
das Bewusstsein
wieder hergestellt, Teil einer menschlichen
Gemeinschaft zu sein,
das durch das Trauma zerstört wurde.“**

Judith L. Herman



www.ztp.welle-ev.de