



*Mag. Nicole Rubenstein*

# Entwicklungsstraumatisierung: Folgen und Behandlungsmethoden

*Klinische & Gesundheitspsychologin  
Spezielle Traumabehandlung, EMDR & Screen,  
Traumapädagogik  
Supervision & Selbsterfahrung*

*Grazer Straße 32, 8045 Graz  
0664 3816517  
office.rubenstein@gmail.com  
www.itra-graz.at*

## Inhalte:

- ❖ Was ist ein Psychotrauma?
- ❖ Welche Symptome weisen auf eine komplexe Traumatisierung hin?
- ❖ Wie kann ich förderliche Bedingungen für das betroffene Kind schaffen?
- ❖ Wie kann Stabilisierung gelingen?
- ❖ Welchen Platz kann Traumatherapie einnehmen?
- ❖ Was bedeutet es für Pflegeeltern mit traumatisierten Kindern zu leben?
- ❖ Wie können sich Erziehungspersonen vor Überforderung schützen?

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

Fischer, Ridesser, Lehrbuch der Psychotraumatologie

## Potentiell traumatisierende Ereignisse:

- Kriegshandlungen
- Vertreibung, Flucht
- Unfälle
- Natur- und Verkehrskatastrophen
- plötzliche Verluste nahe stehender Personen
- Gewalterlebnisse aller Art
- körperliche und sexuelle Gewalt und Misshandlung („Missbrauch“)
- Medizinische Eingriffe, Krankheiten
- und andere bedrohliche Schockerlebnisse

## Traumatisierung bei Kindern

Kinder können auch durch (Einzel-)Ereignisse traumatisiert werden, die Erwachsene nicht für traumatisch halten.

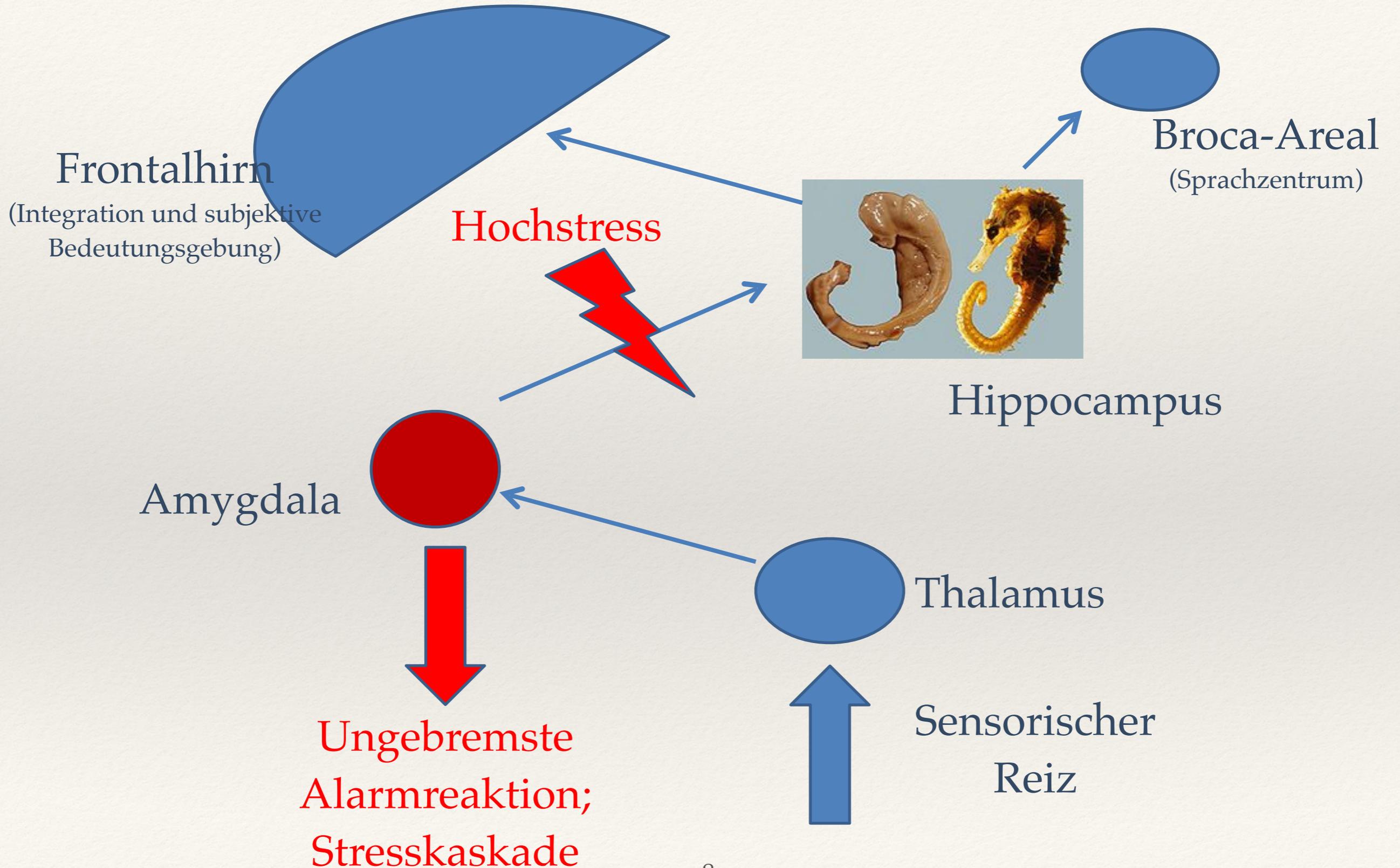
Traumatisch ist ein Ereignis dann, wenn es mit Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühl extremer Art erlebt wird und eine Gefühlsüberflutung auftritt (eventuell Panik und Todesangst) z.B. Unfälle, Angriffe durch Tiere, medizinisch erforderliche Gewalt, Verlorengehen im Kaufhaus, Zeugenschaft elterlicher Gewalt, etc.

## Traumtypen

- ❖ Typ I – Trauma: Monotrauma, Schocktrauma  
(einmaliges Ereignis außerhalb der Erfahrungsnorm;  
z.B. Vergewaltigung, Überfall, Unfall,  
Naturkatastrophe,...)
- ❖ Typ II – Trauma: komplexe Traumatisierung  
(mehrmalige, sich wiederholende Ereignisse, die mit  
traumatischem Erleben einhergehen; z.B. andauernde  
sexuelle, körperliche, seelische Gewalt, länger  
dauernde Entführungen,...)
- ❖ Kombination von Typ I und Typ II

## Entwicklungsstrauma

Sequentielle Traumatisierung seit dem frühen Kindesalter;  
Mehrfaches oder chronisches Erleben von einer oder mehreren Formen von zwischenmenschlichem Trauma, das die Entwicklung schädigt; z.B. Vernachlässigung, Verrat ("Betrayal Trauma", Jennifer Freyd), Körperverletzung, sexuelle Gewalt, Bedrohung der körperlichen Integrität, Zwangsmaßnahmen, emotionaler Missbrauch, Zeuge sein von Gewalt und Tod. Dagmar Eckers



# Kaskade der Stressbewältigung „Traumatische Zange“ Huber, Trauma und die Folgen



Frühe und anhaltende Traumatisierungen greifen nachhaltig in den physiologischen Prozess der Gehirnentwicklung ein:

- ❖ Geringeres Maß an komplexen Verschaltungen im präfrontalen Cortex (Beschädigung der Fähigkeit zur Impulskontrolle und Handlungsplanung, sowie der Herausbildung eines Selbstbildes)
- ❖ Verringertes Hirnvolumen
- ❖ Erweiterte Ventrikel
- ❖ Verringerte Dicke des Corpus callosum
- ❖ Verringertes Volumen des Hippocampus

## Komplexe Traumatisierung in der Kindheit

führen zu

- ❖ Reifungsstörungen von Regulationssystemen des Gehirns
- ❖ Schädigungen des Gehirns: anhaltende Spitzen von Stresshormonen in kritischen Entwicklungsperioden wirken sich toxisch aus (Auflösung von Synapsen, weniger Vernetzungen)

## Symptomliste der Komplexen Entwicklungsstörung nach

**Frühtraumatisierung** (nach Cook et al., 2003; Übersetzung Oliver Schubbe in Hensel & Meusers (2005) EMDR mit Kindern und Jugendlichen; Hogrefe)

### ❖ **Bindung**

- Unsicherheit bezüglich Verlässlichkeit und Vorhersehbarkeit
- Probleme mit Grenzen
- Misstrauen und Argwohn
- Soziale Isolation
- Interpersonelle Schwierigkeiten
- Schwierigkeiten, sich in emotionale Zustände anderer Menschen hineinzusetzen
- Schwierigkeiten, die Perspektiven anderer einzunehmen
- Schwierigkeiten, sich Verbündete zu machen

## ❖ Biologie

- Sensomotorische Entwicklungsstörung
- Empfindlich gegenüber Körperkontakt
- Schmerzunempfindlichkeit
- Schwierigkeiten mit Koordination, Gleichgewicht und Muskeltonus
- Somatisierung
- medizinische Probleme (Magenschmerzen, Asthma, Hautprobleme, Autoimmunstörungen, Pseudo-Krampfanfälle)

## ❖ Affektregulation

- Schwierigkeiten bei der Affektregulation
- Schwierigkeiten bei der Beschreibung von Gefühlen und inneren Erfahrungen
- Probleme beim Erkennen und Beschreiben innerer Zustände
- Schwierigkeiten, Wünsche und Sehnsüchte zu kommunizieren

## ❖ Dissoziation

- Unterscheidbar unterschiedliche Bewusstseinszustände
- Amnesie
- Depersonalisation und Derealisation
- Zwei oder mehr unterschiedliche Bewusstseinszustände mit Gedächtnisstörung für zustandsbezogene Ereignisse

## ❖ Verhaltenskontrolle

- Geringe Impulssteuerung
- Selbstschädigendes Verhalten
- Pathologisches Selbstberuhigungsverhalten
- Schlafstörungen
- Substanzmissbrauch
- Überanpassung
- Oppositionelles Verhalten
- Schwierigkeiten, Regeln zu verstehen und zu befolgen
- Kommunikation der traumatischen Vergangenheit durch Reinszenierung im Alltag oder Spiel (sexualisiert, aggressiv etc.)

## ❖ Kognition

- Probleme der Aufmerksamkeitsregulation und ausführender Funktionen
- Weniger lange andauernde Neugier
- Probleme bei der Aufnahme neuer Informationen
- Probleme bei der Konzentration und Beendigung von Aufgaben
- Objektkonstanzschwierigkeiten
- Schwierigkeiten, vorauszusehen und zu planen

....

- Probleme, den eigenen Beitrag zu den äußeren Umständen erkennen zu können
- Lernschwierigkeiten
- Sprachentwicklungsstörungen
- Probleme bei der Zeit- und Raumorientierung
- Akustische und visuelle Wahrnehmungsstörungen
- Eingeschränkte Aufnahmefähigkeit für komplexe räumlich-visuelle Muster

## ❖ Selbstkonzept

- Eingeschränkt kontinuierliches und vorhersagbares Selbstkonzept
- Eingeschränktes Empfinden, eine eigene Person zu sein
- Körperbildstörung
- Niedriges Selbstbewusstsein
- Scham- und Schuldgefühle

## Gewalt in Familie Peter A. Levine, Maggie Kline „Verwundete Kinderseelen heilen“

- ❖ schätzungsweise weniger als 5% der Fälle von häuslicher Gewalt an die Öffentlichkeit gelangt (USA)
- ❖ sexueller Mißbrauch und Kindesmisshandlung, die zu Hause stattfinden, zählen zu den häufigsten Formen von körperlicher und emotionaler Gewalt, die Kinder erleiden. In Österreich gab es 2013 nach § 206 und § 207 StGB zu „(schwerem) sexuellen Missbrauch von Unmündigen“ 462 Verurteilungen ([Statistik Austria, 2013](#)).
- ❖ gewalttätige Angriffe durch ältere Geschwister; Straus und Gelles schätzen, dass über 29 Millionen Kinder in den USA jährlich von den eigenen Geschwistern angegriffen werden

## Was brauche ich in der Rolle als Pflegemama / papa:

- ❖ Feinfühligkeit
- ❖ Emotionale Verfügbarkeit
- ❖ Keine unverarbeiteten Traumatisierungen
- ❖ Bzw. Bereitschaft, eigene Traumata zu verarbeiten ( Therapie)
- ❖ Eigene Ressourcen
- ❖ Hohe Reflexionsbereitschaft

## Feinfühligkeit heißt:

- ❖ Signale
  - wahrnehmen
  - richtig interpretieren
  - angemessen reagieren
  - prompt reagieren
- ❖ Verbalisieren (Benennen) der beobachteten inneren affektiven Zustände

Angemessenes Beschreiben der Handlungszusammenhänge führt zu „Sich-verstanden-Fühlen“ oder auch zum Aufklären von Missverständnissen.

## Empfehlungen im Umgang mit traumatisierten Kindern Michaela Huber

„Trauma und die Folgen“

- ❖ Kind umsorgen Wenn es das Kind will, herzen, wiegen, halten,...
- ❖ Seltsames Verhalten verstehen und erklären
- ❖ Das Kind nach seinem emotionalen Alter behandeln jüngere Anteile des Selbst erkennen und versorgen
- ❖ Konsequent, vorhersagbar und wiederholend im Verhalten sein
- ❖ Angemessenes soziales Verhalten muss vorgelebt und erklärt werden
- ❖ Ruhiges Zuhören und Sprechen, gemeinsames Entspannen dabei können Themen behandelt werden wie: Alle Gefühle sind in Ordnung; wie kann ich mich verhalten, wenn ich wütend werde;...

....

- ❖ Realistische Erwartungen an das Kind zu haben
- ❖ Geduld
- ❖ Eigene Ressourcen kennen, wiederfinden und pflegen
- ❖ Förderung der Bindung Wechselseitige Einstimmung (Pacing); Signale des Kindes erkennen, Bedeutung erfassen und zurückspiegeln (Reflexiver Dialog); anknüpfen nach unterbrochener Kommunikation; gemeinsame (erfundene) Geschichten pflegen, die über das Selbst und die anderen etwas lehren; emotionale Kommunikation sowie Respekt und Achtsamkeit für die sich ändernde Bedürfnisse
- ❖ Ergänzung: Gewaltfreie / Achtsame Kommunikation als Mittel zur Beziehungsförderung

## Empfehlungen im Umgang mit traumatisierten Kindern Dorothea Weinberg

„Psychotherapie mit komplex traumatisierten Kindern“

- ❖ eigene Stress-Signale, Affekte und Impulse kennenlernen; die Eigenregulation des Erwachsenen hilft dem traumatisierten Kind sich zu beruhigen (Nachreifungsprozess)
- ❖ Vorbeugende Stressreduktion durch einen strukturierten Alltag, guten Gewohnheiten (sowohl für den Erwachsenen als auch für das Kind); Meiden von kritischen Situationen
- ❖ Identifizierung der frühesten Stressindikatoren beim Kind
- ❖ sobald es zu Spannungen kommt, direkt aus der instinktiven Körperantwort aussteigen: "Warte mal, ich merke gerade, dass ich angespannt/nervös werde."

....

- ❖ Fokussierung auf den stressauslösenden Hintergrund und nicht auf das Verhalten
- ❖ Möglichkeit einer Auszeit schaffen (z.B. Schutzhöhle,...) in Blick- oder Hörweite, damit Bindung aufrecht bleiben kann; Möglichkeit der Selbstberuhigung
- ❖ Bei Eskalationen nicht mit Wut reagieren, keine Strafen verhängen, nichts klären, wenig reden und sich selber schützen
- ❖ systematisches Reagieren auf das aktuelle emotionale Alter des Kindes
- ❖ Rollenmöglichkeiten vergegenwärtigen (Trainer mit Trillerpfeife, Versorgerrolle, Spaßmacher "Leute wer schreit am lautesten, man kann ja nie wissen, wann man einen guten Schrei brauchen kann",...)

nach einer Eskalation:

- ❖ "Schmiede das Eisen, wenn es kalt ist." (Haim Omer)
- ❖ auch wenn man erst Tage später darauf zurück kommt, die Eskalation darf nicht vergessen werden
- ❖ die vermuteten Affekte zuerst ansprechen (ich könnte mir vorstellen, dass du enttäuscht warst .... , dann habe ich deine Wut bemerkt)
- ❖ deutlich machen, dass keine Gewalt akzeptiert wird
- ❖ das Kind nach einem eigenen Vorschlag fragen, wie die Gewalt beim nächsten Mal vermieden werden kann (gemeinsame Trigger-Suche)
- ❖ soziale Reparatur über Wiedergutmachung
- ❖ Beziehung als Konsequenz (Waldwanderungen nach Prof. Huber)

## Rolle des Bindungssystems bei Traumafolgestörungen

- ❖ sichere Bindung als Schutzfaktor gegen Traumatisierung
- ❖ Störungen der Bindungsentwicklung als Risiko für Traumatisierung
- ❖ Bindungstraumatisierung als Ursache für schwere psychische Erkrankungen
- ❖ sichere Bindungserfahrung als Heilungsfaktor

## Sichere Bindung als Resilienzfaktor:

- ❖ Fördert gesunde emotionale Entwicklung und psychische Stabilität
- ❖ ist ein Schutzfaktor bei Belastungen
- ❖ Zutrauen in sich und die Welt
- ❖ Sich Hilfe holen - Vertrauen in Mitmenschlichkeit
- ❖ Mehr gemeinschaftliches Verhalten
- ❖ Empathie für andere Menschen
- ❖ Mehr Beziehungen
- ❖ Mehr Kreativität
- ❖ Flexibilität und Ausdauer

## Heilende Kraft von Ressourcen

- ❖ Äußere Ressourcen
  - verlässliche Bezugspersonen, die dem Entwicklungsstand entsprechenden Bedürfnisse erfüllen
  - unterstützende Familienmitglieder, Freunde, Haustiere
  - Zugang zur Natur
  - Gegenstände, die die Sinne anregen
  - Umfeld, das dem Entwicklungsstand entsprechend ausgestattet ist
  - kulturelle, soziale, sportliche, religiöse Einrichtungen

## ❖ Innere Ressourcen

- natürliche Begabungen (Musik, Bewegung, handwerkliche Tätigkeiten, ...)
- energetische und kinästhetische Eigenschaften (motorische Beweglichkeit, Sinn für Humor, Gerechtigkeitssinn,...)
- charakteristische Persönlichkeitsmerkmale (Einfallsreichtum, Zuverlässigkeit, Großzügigkeit,...)
- inneres spirituelles Zentrum, ein Gefühl von Ganzheit und Frieden

- ❖ Körper als Ressource (Ermöglichen von Empfindungen, die mit Kraft, Erdung und Zentrierung in Verbindung stehen)
- ❖ Imagination
- ❖ Geschichten und Reime, Erzählgeschichten für traumatisierte Kinder

**Herzlichen Dank**



## Literaturliste

- Gottfried Fischer, Peter Riedesser; "Lehrbuch der Psychotraumatologie"; 4. Auflage; Ernst Reinhardt Verlag
- Michaela Huber; "Wege der Traumabehandlung" Teil 1 & 2; 4. Auflage; Junfermann Verlag
- U. Beckrath-Wilking, u.a.; "Traumafachberatung, Traumatherapie & Traumapädagogik"; Junfermann Verlag
- Lydia Hantke & Hans-J. Görges; "Handbuch Traumakompetenz" Junfermann Verlag
- Peter A. Levine; "Sprache ohne Worte"; 3. Auflage; Kösel Verlag
- Gerhard Roth; "Aus der Sicht des Gehirns"; Suhrkamp Verlag
- Babette Rothschild; "Der Körper erinnert sich"; Synthesis Verlag

## Literaturliste

- Karl Heinz Brisch; "Bindungsstörungen"; Klett-Cotta Verlag; 10. Auflage 2010
- Dorothea Weinberg; "Psychotherapie mit komplex traumatisierten Kindern"; Klett Cotta Verlag; 2010
- Peter A. Levine, Maggie Kline; "Verwundete Kinderseelen heilen"; 5. Auflage 2010, Koesel Verlag
- Andreas Krüger; "Powerbook - Erste Hilfe für die Seele"; 3 Neuauflage 2013; Elbe & Krueger Verlag
- Daniel J. Siegel, tina Payne Bryson; "Achtsame Kommunikation mit Kindern", Arbeitsbuch; 2. Auflage 2017, Arbor Verlag
- Yvonne George; "Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern"; Erstausgabe 2019, edition gfk, Marco Traue