

Traumatisierte Kinder konfrontieren Pflegeeltern mit ihrem Trauma

Die Traumapädagogik eröffnet Perspektiven und Chancen

Das grosse Engagement von Pflegeeltern, das Liebe, Geborgenheit und die ganzheitliche Förderung beinhaltet, reicht oft nicht aus, um eine nachhaltige Stabilisierung und Gesundung vor allem bei traumatisierten Pflegekindern zu erreichen. Genau hier setzt die Traumapädagogik an und eröffnet neue Möglichkeiten. Von Marianne Herzog

Ein Psychotrauma ist eine seelische Verletzung, sie entsteht, wenn die Schwere der Ereignisse die seelischen Bewältigungsmöglichkeiten übersteigt. Wie der Körper hat aber auch die Seele Möglichkeiten, eine Verletzung heilen zu lassen. Eine sichere Bindung ist der wichtigste Faktor, der einen Menschen vor dem Krankwerden durch seelische Verletzungen schützt. Gerade Pflegekinder leiden aber oft unter Bindungsstörungen und sind darum gegen ein Festsetzen des Traumas wenig geschützt.

Heute weiss man, dass neben klar erkennbaren Ereignissen, wie zum Beispiel Tod oder Erkrankung, Kriegsereignisse und Naturkatastrophen, auch weniger auffällige oder sogar tabuisierte Geschehnisse und Zustände, wie zum Beispiel Hunger, Vernachlässigung und innerfamiliäre Gewalt, die Auslöser für seelische Verletzungen sein können. Auch Zeuge dieser Vorfälle zu sein, birgt die Gefahr der Traumatisierung in sich. Je häufiger und je früher sie im Leben eines Kindes geschehen, desto grösser ist die Gefahr für das Kind, chronisch daran zu erkranken.

Eine aktuelle Studie aus der Schweiz belegt, dass in Heimen 75 % aller Kinder ein psychosoziales Trauma erlebt haben.¹ Dieser Prozentsatz wird bei Pflegekindern mindestens so hoch, wenn nicht höher sein.

Hirnorganische Vorgänge

Seit dem Zeitalter der Aufklärung verstehen wir den Menschen als ein mit Vernunft begabtes Wesen. Heute wissen wir jedoch dank der bildgebenden Verfahren im Bereich Gehirnforschung und den Erkenntnissen in der Neurobiologie, dass zwar die meisten Handlungen durch Vernunft gesteuert werden, dass aber in psychischen Extremsituationen Handlungen ablaufen, die nicht willentlich beeinflusst werden können. Dies ist nicht krankhaft, sondern ein Mechanismus, der das Überleben erleichtert.

Ein Teil des Gehirns, das man als limbisches System bezeichnet, zu dem auch die Amygdala gehört, löst neurobiologische Vorgänge ohne Umweg über die Grosshirnrinde, den Neocortex, aus, und zwar blitzschnell. Die Kontrollfunktion des Neocortex wird damit ausgeschaltet, damit keinerlei Verzögerungen, die tödlich sein könnten, eintreten.

Bei einem Menschen, der eine seelische Verletzung, in anderen Worten: eine psychische Traumatisierung, erlitten hat, die er nicht verarbeiten und ablegen konnte, sind in der Amygdala diese Informationen gespeichert. Dort sind sie abgelegt und können durch bewusste Gedankengänge nicht erreicht werden. Es kann nun sein, dass durch ähnliche Sinneswahrnehmungen, wie beim traumatischen Ereignis, die Amygdala zum Reagieren gebracht wird. Man spricht hier auch von «getriggert» werden. Dann läuft wiederum der Mechanismus ab, der nicht kontrolliert und gesteuert werden kann, auch wenn es in diesem Fall nicht ums Überleben geht, sondern vielleicht völlig unpassend erscheint. Aufgrund dieser Erkenntnisse ist die Sichtweise der Aufklärer zu relativieren.

Wie erkenne ich eine Traumatisierung?

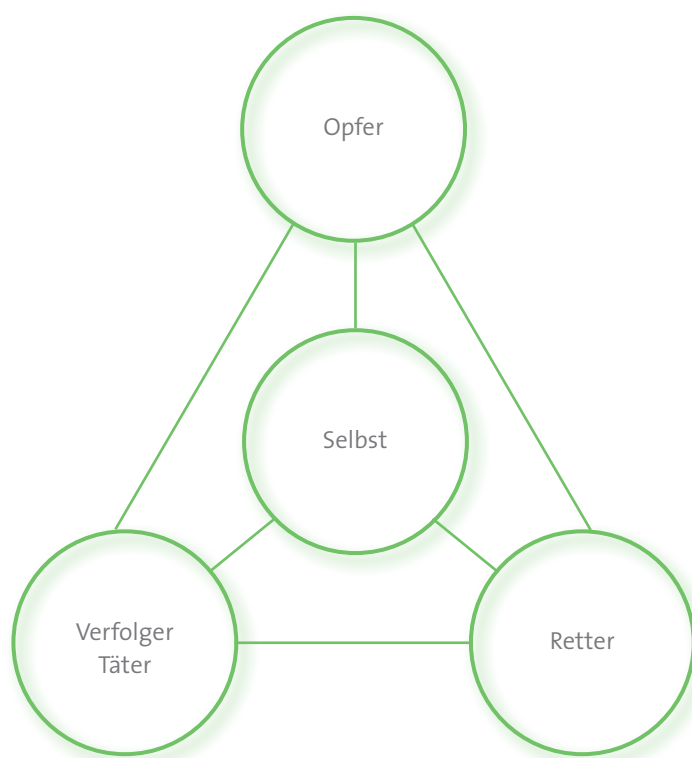
Hinweise auf ein mögliches Trauma können unter anderem Aggressivität, hohe Wachsamkeit oder Ruhelosigkeit und das Nichtunterscheiden von Wahrheit und Lüge, aufgrund von Dissoziationen, sein. Auch Konzentrationsschwierigkeiten, Desinteresse, Selbstverletzung oder Selbstberuhigungsversuche zum Beispiel mit Nikotin oder Alkohol können darauf hinweisen ebenso wie weiteres aussergewöhnliches Verhalten. >

**Wie der Körper hat aber auch
die Seele Möglichkeiten,
eine Verletzung heilen zu lassen.**

¹ Schmid, M. (2012). Vortrag psychisch belasteter Heimkinder: Eine kooperative Herausforderung. Häufigkeit von Traumata (Schmid zit. nach Jaritz, Wiesinger, Schmid, 2008)

Es ist wichtig, die Übertragungen zu erkennen, um gesund zu bleiben.

Darstellung nach dem Dramadriek von
Stephan Karpman (1968)



Tipp

«Trauma und Schule»

Die Broschüre «Trauma und Schule» von Marianne Herzog erklärt praxisnah, wie man ein mögliches Trauma erkennt, und zeigt Ideen auf, wie man im Schulalltag damit umgehen kann. Weiter enthält sie Adressen für Beratungs- und Hilfsangebote. Die Broschüre kann als Einzelexemplar gratis via Marianne Herzogs Webseite bezogen werden: www.marianneherzog.com

Kontakte sind auch möglich per Mail:
marianne.herzog@bluwin.ch

Es gilt Alice Ebels Faustregel: «Zeigt das Kind immer wieder Gefühle intensiver Angst, massiver Hilflosigkeit und/oder extremer Wut ODER löst es diese Gefühle bei anderen Menschen aus, dann ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass eine Traumatisierung erfolgt ist.»²

Starke Gefühlsübertragungen

- Traumatisierte Kinder konfrontieren Pflegeeltern – ob sie es wollen oder nicht – mit ihrem Trauma.
- Traumatisierte Kinder inszenieren ihre Geschichte im Alltag
- Sie übertragen traumatische Bindungserfahrungen

Typisch für den Umgang mit stark traumatisierten Kindern und Jugendlichen ist, dass die beteiligten Personen im Umfeld starke Gefühle bei sich selbst spüren. Dies sind Reaktionen auf Übertragungen, sogenannte Gegenübertragungen. Erst wenn man diese Gegenübertragungen als solche erkennt und weiss, dass es nicht die eigenen Gefühle sind, kann eine tragfähige Beziehung entstehen.

Durch Übertragungen drohen wir immer wieder unbemerkt aus dem Selbst in die Position des Retters, des Verfolgers/Täters oder des Opfers zu geraten. Es ist auch möglich, dass sich diese Positionen ganz schnell hintereinander abwechseln.

In einer Supervision erzählt eine Mutter aufgewühlt über ihr schwer traumatisiertes Pflegekind. Es werde in der Schule gezwungen, direkt vor der Wand zu sitzen, um niemanden zu stören. Auf verschiedene Nachfragen der Supervisorin hin erkennt sie Ohnmachtsgefühle, Wut und Aggression der Lehrperson gegenüber. Sie erkennt darauf auch, dass dies nicht ihre eigenen Gefühle sind, sondern vermutlich jene des Pflegekindes. Genauso wie die Lehrerin zur Verfolgerin des Kindes geworden ist und von ihm Verhaltensweisen verlangt, die nicht angemessen sind, ist auch die Mutter zur Verfolgerin der Lehrperson geworden. Gleichzeitig fühlen sich Lehrperson und Mutter auch als Opfer. In einer solchen Situation ist es wichtig, sich über diese Übertragungsphänomene klar zu werden. Sie können vielleicht sogar Hinweise geben, wie mit dem Jungen früher umgegangen wurde, und geben Auskunft, wie sich das Kind damals gefühlt hat und heute wieder fühlt, und damit auch Hinweise, wie mit dem Jungen besser umgegangen werden kann.

Ein kleiner Tipp für den Alltag: Übertragungsphänomene lassen sich dadurch reduzieren, dass ein direktes Gegenübersitzen oder Gegenüberstehen bei Meinungsverschiedenheiten vermieden wird. Wenn das schwierige Gespräch während Spaziergängen oder Autofahrten geführt wird, reduzieren sich Übertragungen, und Lösungen sind einfacher zu erzielen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass traumatisierte Menschen sehr belastende Übertragungen haben und damit massive Gegenübertragungen auslösen. Es ist wichtig, diese zu erkennen, um gesund zu bleiben und um die sehr anspruchsvolle Arbeit als Pflegeeltern zu erfüllen. Dazu braucht es Super-



Fotografie: Martin Lyons

vision durch eine Fachperson, die sich mit Übertragungsphänomenen auskennt, denn oft ist es unmöglich, diese als involvierte Person selbst zu erkennen.

Das Trauma – als nicht zu Ende geführte Handlung verstanden

Unter einem Trauma wird auch eine nicht zu Ende geführte und darum nicht abgelegte Handlung verstanden. Das traumatisierte Kind wird durch sein Unbewusstsein unwillkürlich gezwungen, immer wieder ähnliche Situationen aufzusuchen und zu inszenieren wie beim traumatischen Ereignis. Dies geschieht in der Hoffnung, sie diesmal zu Ende führen und das Trauma ablegen zu können. Gleichzeitig unternimmt das Traumaopfer unbewusst alles, damit das Geschehen wieder die schlimmstmögliche Wendung nimmt. In solchen Momenten wäre es erwünscht, der Inszenierung eine neue, überraschende und positive Wendung zu geben oder den Vorfall auf der Metaebene zu beleuchten. Geschieht dies nicht, so droht eine Retraumatisierung und damit ein noch tieferes Eingraben des Traumas in Gehirn und Körper.

Folgende Beispiele sollen dies veranschaulichen: Ein Pflegekind, das sexuelle Übergriffe erlebt hat, wird unter Umständen

versuchen, auch beim Pflegevater übertriebene Nähe zu suchen. Ein Pflegekind, das Opfer von häuslicher Gewalt wurde, wird mit grosser Wahrscheinlichkeit auch wieder seine Pflegeeltern provozieren, um zu sehen, ob auch sie – wie seine Eltern – mit Gewalt reagieren. Ein Pflegekind, das durch Beziehungsabbrüche traumatisiert wurde, wird auch immer wieder die Beziehung zu seinen Pflegeeltern massiv infrage stellen, sodass diese versucht sein werden, die Beziehung zu ihrem Pflegekind auch wieder abubrechen und das Pflegeverhältnis zu beenden.

Das Konzept des Guten Grundes

Ein sehr praxistaugliches Instrument ist das Konzept des Guten Grundes.³ Bei schwierigem Verhalten wird nicht mit einem Warum nachgefragt, da dies schon einen unausgesprochenen Vorwurf beinhaltet, sondern die Pflegeeltern attestieren dem Kind einen guten Grund für sein Verhalten. «Du hast sicher einen guten Grund, warum du nicht alleine einschlafen kannst...» Meistens kann auch die Anschlussfrage gestellt werden wie zum Beispiel: «Was brauchst du, dass es dir besser gelingt einzuschlafen?» Wir gehen vom Grundsatz aus, dass ein Kind nichts tut, was für es nicht auch Sinn macht. Vielleicht erkennen wir den Sinn seines Tuns im Moment (noch) nicht, oder sein Verhalten ist für uns sehr schwierig. Aber offensichtlich gibt es ihm Schutz und Sicherheit.

Selbstverständlich sind hier nur einige Aspekte der Traumapädagogik dargestellt, sie eröffnet jedoch neue Perspektiven und Chancen für die betroffenen Kinder, ist aber auch für die ganze Familie wohltuend. Im Moment ist Traumapädagogik in Deutschland noch bekannter als in der Schweiz, doch auch hier verbreitet sich dieser Ansatz schnell, weil er lösungs- und ressourcenorientiert ist und sich in der Praxis leicht umsetzen lässt.

Autorin

Marianne Herzog ist Fachpädagogin Psychotraumatologie SIPT, Lehrerin an einer Sonderschule und hat Erfahrung mit Pflegekindern. Sie ist zudem Supervisorin und Coach. Zum Thema «Traumapädagogik» leitet sie Seminare an Hochschulen, gibt Fortbildungskurse, hält Vorträge und leitet Supervisionen.

² Ebel, A. (2004). Traumatisierte Kinder erziehungsunfähiger Eltern. FORUM: Internetzeitschrift des Landesverbandes für Kinder in Adoptiv- und Pflegefamilien S-H e.V. (KiAP) und der Arbeitsgemeinschaft für Sozialberatung und Psychotherapie (AGSP)

³ Vgl. Ebel, A. (2006). Heilsamer Umgang mit traumatisierten Pflegekindern im Alltag, Skript zum Workshop. «Übertragungsphase». FORUM: Internetzeitschrift des Landesverbandes für Kinder in Adoptiv- und Pflegefamilien S-H e.V. (KiAP) und der Arbeitsgemeinschaft für Sozialberatung und Psychotherapie (AGSP)