

Kinder mit traumatischen Erfahrungen nach häuslicher Gewalt


Fachtag „Kinder im Spannungsfeld häuslicher Gewalt“

Margarete Udolf, Dipl. Psychologin

Osnabrück, 11.09.2019



Inhalt


1. Definitionen der Begriffe „häusliche Gewalt“ und „Trauma“
 2. Trauma im Kindheit und Jugend – Entstehung und Folgen
 3. Auswirkungen von häuslicher Gewalt auf die psychosoziale Entwicklung betroffener Kinder
 4. Anregungen zur Selbstfürsorge der Fachkräfte
 5. Ihre Fragen
- 

Definition

Häusliche Gewalt (oder: *Gewalt in engen sozialen Beziehungen bzw. im sozialen Nahraum, Gewalt in der Familie, innerfamiliäre Gewalt, Gewalt in Ehe und Partnerschaft*)

- physische, psychische, sexuelle u. wirtschaftliche Gewalt
- Angedroht oder ausgeübt von Personen innerhalb einer bestehenden oder aufgelösten familiären, ehelichen oder eheähnlichen Beziehung
- in Bezug auf die gewaltausübende Person geschlechtsneutral verwendet

Definition von Trauma

- seelische Verletzung
 - ein oder mehrere lebensbedrohliche Ereignisse
 - Erleben als Opfer oder Zeug*in
 - Bewältigungsmechanismen überfordert
- 

Definition von Trauma

- extreme Gefühle von Angst, Hilflosigkeit und Ohnmacht
 - völliger Kontrollverlust
 - führt zur Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses
- langanhaltende Belastungsreaktionen möglich

Traumatypen

- **Single-Traumata** (einmaliges Erlebnis / Beobachtung) wie z.B:
 - Unfälle
 - schwere Krankheiten
 - Natur- und andere Katastrophen
 - Verlust naher Bezugsperson

Traumatypen

- **Poly-Traumata** (wiederholte, andauernde Ereignisse) wie z.B:
 - emotionale, körperliche, sexuelle Misshandlung und Vernachlässigung
 - Zeug*in von Misshandlung von Geschwistern, Gewalt zwischen den Eltern
 - Krieg, Folter, Flucht

Traumareaktion

- Stress-Reaktion: Kämpfen oder Fliehen (fight or flight)
- sonstige Bewältigungsmechanismen

→ kein Nachlassen der Bedrohung



Todesangst

Ohnmacht

Hilflosigkeit

Ausgeliefertsein

Kontrollverlust

*bei Zeug*innen: Entsetzen*

Kinder als Zeug*innen

traumapädagogik
margarete udolf

FORTBILDUNG UND
FACHBERATUNG

Formen der Gewaltausübung

- Verhaltensweisen, die Bedürfnisse und Befindlichkeiten der Geschädigten/des Geschädigten ignorieren
- Demütigungen, Beleidigungen und Einschüchterungen, Bedrohung
- psychische, physische und sexuelle Misshandlungen bis hin zu Vergewaltigungen
- Freiheitsberaubung
- versuchte oder vollendete Tötung

Traumareaktion

- No Fight
- No Flight

Trauma



- Freeze (= Einfrieren, Lähmen)
 - Entfremdung vom aktuellen Geschehen
 - Ausschütten von Endorphinen und Noradrenalin
 - Dissoziation als Überlebensstrategie
- Fragment (Fragmentieren der Wahrnehmung und der Erinnerung)

Wie überlebt man Traumata?

Sichtweise der betroffenen Eltern

(leider manchmal auch der Fachkräfte...):

- „die Kinder haben es nicht mitbekommen, es war spät abends“
- „sie haben schon geschlafen“
- „es war nicht so schlimm, sie wurden selbst nicht geschlagen“
- „der Vater liebt die Kinder, er würde ihnen nichts antun“

Wie überlebt man Traumata?

traumapädagogik
margarete udolf

FORTBILDUNG UND
FACHBERATUNG

Dissoziation = Überlebensstrategie

- hilft Situationen und Gefühle auszuhalten, die unaushaltbar sind
- Veränderung des Fühlen, Erleben und Wahrnehmen
- vergleichbar Trancezustand
- „sich weg beamen“

→ wird zum Traumafolgesymptom



Traumafolgen: PTBS

Posttraumatische Belastungsstörung

traumapädagogik
margarete udolf

FORTBILDUNG UND
FACHBERATUNG

Intrusionen (Wiedererleben)

- Erinnerungsfetzen
- Grübeln
- Alpträume
- Flashbacks
- *bei Kindern: Posttraumatisches Spiel*

Hyperarousal (Übererregung)

- Anspannung
- Schreckhaftigkeit
- Schlafstörung
- Konzentrationsstörung
- Aggressives Verhalten, Wutausbrüche

Konstriktion (Vermeidung)

- Lähmung, Untererregung
- Einschränkung der Vitalität
- Abstumpfen / Numbing
- Soziale Isolation
- *bei Kindern: Regression*

Dissoziation (Abspalten)

- Innere Leere
- Depersonalisation / Derealisation
- Veränderung von Wahrnehmung und Bewusstsein
- Taubheit der Haut oder Körperteile

Traumafolgen

traumapädagogik
margarete udolf

FORTBILDUNG UND
FACHBERATUNG

- Niedrige Frustrationstoleranz → Reaktionen auf kleinste Reize wie auf eine lebensgefährliche Bedrohung
- Mangelhafte Mentalisierung = Fähigkeit, das eigene Verhalten oder das Verhalten anderer Menschen durch Zuschreiben mentaler Zustände zu interpretieren)

Folgen häuslicher Gewalt

- posttraumatische Belastungsstörungen
- Entwicklungsstörungen und spezifische Beeinträchtigungen der psychischen Gesundheit z.B. im Bindungsbereich (Parentifizierung!)
Aggressives Verhalten (Reinszenierung der Traumata)
- Reviktimisierungsgefahr
- Überflutung mit Angstgefühlen:
 - Angst um sich
 - um die Geschwister
 - um den misshandelten Elternteil
 - vor dem gewalttätigen Elternteil

Lebensgefühl betroffener Kinder

traumapädagogik
margarete udolf

FORTBILDUNG UND
FACHBERATUNG

- Bedürfnisse nach Schutz, Sicherheit und die Möglichkeit, sich einer vertrauten Person mitteilen zu können im Vordergrund
- sehr differenziertes Nachdenken über häusliche Gewalt
intensives Abwiegen, wie eigene Bedürfnisse nach Hilfe und Unterstützung mit den Interessen der Familie vereinbar seien
- Frage nach eigenem illoyalen Verhalten
- Angst vor negativen Konsequenzen (z.B: Heimplatzierung, Gefängnisaufenthalt des Vaters)
- Wunsch an die Schule: Bearbeiten des Themas und persönliche Unterstützung durch ihre Lehrer*innen

(Seith 2007)

Sicherer Ort

Traumatisierte brauchen einen sicheren äußeren Ort für einen sicheren inneren Ort:

- Schutz vor Retraumatisierung
- Sicherheit
- Verlässlichkeit
- Kontrollierbarkeit

Traumapädagogische Haltung

- Traumatisierte Kinder werden mit ihrer Geschichte angenommen
- Anpassungsbemühungen, Verhaltensauffälligkeiten und Symptome = Überlebensstrategien und Zeichen von Überlebenswillen, Kompetenz und Ressourcen der Betroffenen
- Respekt bisherigen Lebensleistungen gegenüber

Selbstfürsorge der Fachkräfte

Berufsrisiko Sekundäre Traumatisierung

*„Ansteckung“ mit typischen posttraumatischen Symptomen
im Verlauf der Arbeit mit traumatisierten Menschen“*

- eine übertragene Traumatisierung, die zustande kommt, obwohl die Helfer*innen nicht selbst mit dem traumatischen Ereignis konfrontiert sind
- Unterschied zur primären Traumatisierung: zeitlicher Abstand zum Geschehen und Fehlen eigener sensorischer Eindrücke

(Definition nach Judith Daniels)



Selbstfürsorge der Fachkräfte

- akute externe Gefährdung der Kinder (Kontakte zu leiblichen Eltern!)
- Belastungen aus der direkten Arbeit mit den betroffenen Kindern: das Ausmaß des Leides und Schilderungen der Qualen

Prophylaxe ST

A wie Achtsamkeit:

auf sich selbst, die eigenen Bedürfnisse, Grenzen und Ressourcen zu achten, um gesund zu leben

B wie Balance:

Gleichgewicht zwischen Arbeit, Freizeit und Ruhe, zwischen der Vielfalt der Aktivitäten am Arbeitsplatz und den anderen Lebensbereichen als „Krafttankstelle“

C wie connection:

Verbundenheit mit sich selbst, anderen Menschen, der Natur, dem Leben (auch spirituell) als Gegenstück zu den Belastungen und den Einschränkungen des Berufes

(nach G. Haak)