

Komplextrauma und Dissoziation erkennen und verstehen

Umgang mit schwer und komplex traumatisierten OpferzeugInnen in der Begleitung und vor Gericht

Michaela Huber

www.michaela-huber.com

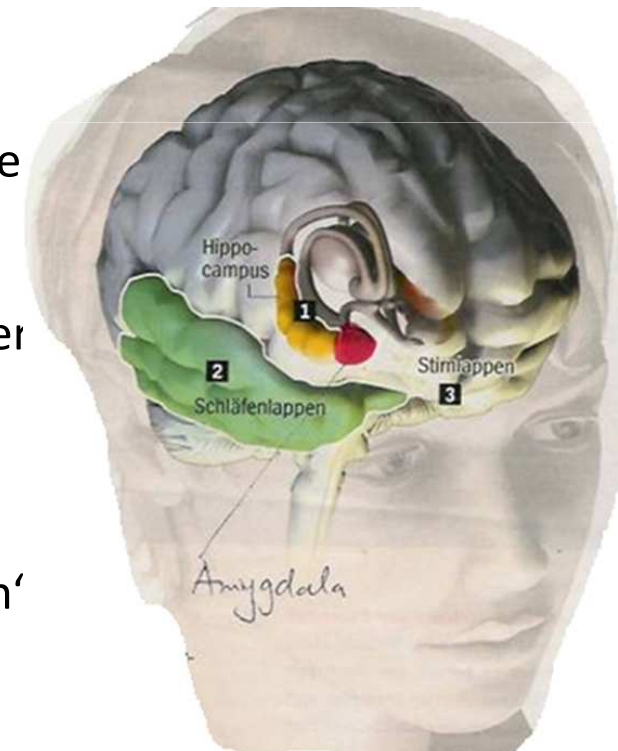
www.dgtd.de



Wer aus Unerträglichem kommt und die
„Dämonen hinter sich“ spürt, braucht
Achtsame und individuell
adaptierte Unterstützung

Was ist ein zwischenmenschliches Trauma?

- Eine Wunde oder Verletzung, die durch einen anderen Menschen herrührt. Gewalt, Vernachlässigung, existenzielles Verlassen, auch Entwürdigung und seelische Grausamkeiten.
- Der Begriff bezieht sich also nicht auf ein bestimmtes Ereignis, sondern auf dessen körperliche, seelische, geistige und soziale Folgen.
- Ein Trauma entsteht, wenn die integrative Kapazität des Gehirns überfordert ist.
- Dies zeigt sich u.a. in dissoziativen Reaktionen, affektiven Störungen und überdauernden Versuchen, sich dem Wieder-Aussetzen der traumatischen Erinnerung/Erfahrung zu entziehen. (s. Nijenhuis & Van de Hart, 2011)
- PTBS: Wiedererleben – Einschränkung – Übererregung
- KPTBS: Mangel an Impulskontrolle, Selbstfürsorge, Sinnhaftigkeit, sicherer Bindung, adäquater Körperwahrnehmung
- Aber: Viele Menschen suchen die Trauma-nahe Situation immer wieder auf, weil sie nicht (ausreichend) aus Erfahrung lernen! Auch das ist das Ergebnis einer sogenannten strukturellen Dissoziation in der Persönlichkeit, ebenso wie wiederkehrende Gefühle von „außer sich Sein“, Suizidalität, Selbstverletzung und Gewaltdurchbrüche. Und Schweigen.

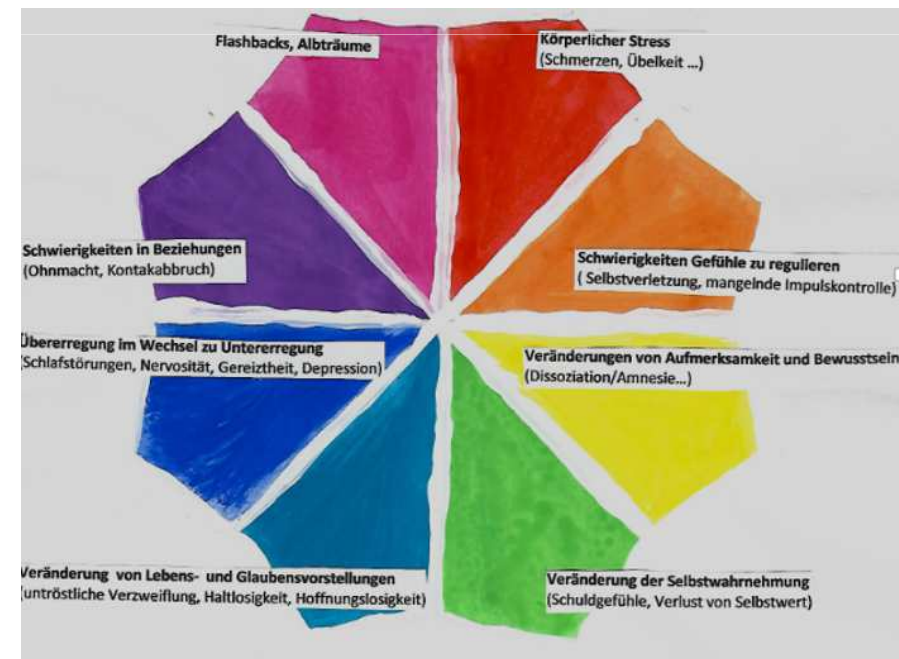




Komplexe Posttraumatische Belastungsstörung (K-PTBS, DESNOS). Diagnostik: IK-PTBS (Sack et al.)

Judith Herman hat bereits Ende der 70er Jahre darauf hingewiesen, dass es neben der „einfachen“ PTBS (Wiedererleben, Vermeidung, Übererregung) eine „Extremstress-Störung“ gibt, die auf langjährige Traumatisierung basiert. 1992 gab sie der vorher DESNOS genannten Störung den Namen „Complex PTSD“, also komplexe PTBS.

- Kernmerkmale: Mangel an Impulskontrolle, Selbstfürsorge, Sinn im Leben; Reviktimisierung, Somatisierung -
- Und Dissoziative Störungen!



Viele sind oder wirken(auch)
akut traumatisiert, mit
folgenden Symptomen:

Symptome der akuten (Posttraumatischen) Belastungsreaktion

- Angstzustände und erhöhte Schreckhaftigkeit
- Alpträume und Schlafstörungen
- Häufiges Wiedererleben von Teilen des Traumas; u. a. Schmerzen...
(ohne es zu wissen: subsyndromales Störungsbild...)
- Vermeidung (von Trauma-Reizen)
- Empfindungslosigkeit, Losgelöstsein, Einsamkeit, Entfremdung,
Kontaktscheu
- Umwelt, Körper u. Gefühle nicht richtig wahrnehmen - dissoziieren
- Konzentrations- und Leistungsstörungen
- Gereiztheit und Impulsdurchbrüche

Woran erkenne ich, ob jemand eine chronische Traumastörung hat, also eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)?

Die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

- **A** einem seelisch und/oder körperlich todesnahen Ereignis (und/oder: schweren frühen Bindungstrauma! Siehe DSM V) ausgesetzt gewesen sein.
- **B** Wiedererleben (von Teilen) des Traumas
- **C** Vermeidung und seelische Betäubung
- **D** Erhöhtes physiol. Erregungsniveau
- **E** o.g. Symptome länger als 1 Monat
- **F** Symptome verursachen erhebliches Leid

PTBS und Komorbidität

Ca. 80 % aller Fälle

1. Depression
2. Angsterkrankungen
3. Suchterkrankungen
4. Somatisierungsstörung
5. Sexuelle Störungen

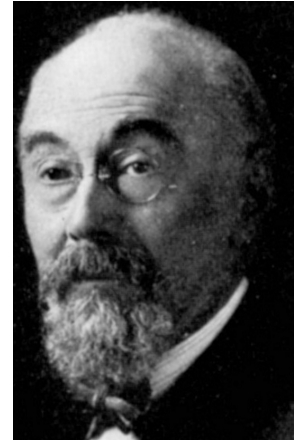
Nicht das Trauma macht krank, aber die PTBS!

- Menschen mit einer chronifizierten Traumastörung haben zahlreiche weitere Probleme.
- Dazu gehören wiederkehrende Depressionen, Angststörungen, Süchte, Selbstverletzungen, chronische und immer wieder akute Suizidalität, Bindungsstörungen, mangelndes Selbstwertgefühl und Somatisierungsstörungen.
- Chronifizierte Traumastörungen gehen nicht von alleine weg. Sondern brauchen externe Hilfe, die dann nach innen genommen werden kann.

Der Menschheit
Würde ist in Eure
Hand gegeben.
Bewahrt sie!
Sie sinkt mit euch,
mit euch wird sie
sich heben.

Friedrich Schiller,
aus dem Gedicht „Die Künstler“

Was ist strukturelle Dissoziation?



- Die momentan wissenschaftlich gesehen „heißestes“ Traumatheorie auf dem Markt, weil sie am wenigsten ungeprüfte Vorannahmen braucht.
- Beruht auf Pierre Janets Dissoziationstheorie Ende des 19. Jh., nach der ein „Mangel an Ideen und Funktionen, aus denen sich Persönlichkeit zusammensetzt“ das Kernmerkmal von Dissoziation sei.
- Onno van der Hart, Ellert Nijenhuis und Kathy Steele begründeten die Theorie der strukturellen Dissoziation.
- Nach dieser Theorie teilt sich die Persönlichkeit durch extremen Stress biologisch sinnvoll in Überlebensstrukturen auf, die entweder den Alltag managen (ANP) oder in Trauma-nahen Zuständen verhaftet bleiben (EP).



Komplextrauma bei struktureller Dissoziation – was macht das?

- Verteidigungssysteme (= EPs) in Form von Affekt-States, Egostates oder „alters“ („Leute innen“) wachsen durch den (meist frühen) Langzeit-Stress nicht mit dem Alltags-Ich (ANP) zusammen.
- Vorteile: ANP kann fürsorglich für andere sein, lernen/funktionieren, normales Bindungsverhalten zeigen.
- Nachteile: ANP hat Amnesien für Traumainhalte, die sie nur als Symptome oder unberechenbare Zustände wahrnimmt; ANP ist dem eigenen Opfer-Sein entfremdet; lernt nicht aus der Traumaerfahrung; sieht bei eigenen Schutzbefohlenen nicht, wann diese in existenzieller Not sind und kann oft nicht angemessen helfen; zudem ist sie emotional eingeeengt (ein bisschen „Seelentaub“).
- EPs incl. Täterintrojekte bleiben unintegriert, agieren im Hintergrund.
- Phobien entstehen: Vor Bindung, vor traumatischen Inhalten etc. Belastungen werden durch Symptome/Selbstmedikationen wie Süchte und SVV überdeckt.
- Sekundäre Probleme lassen Co-Morbiditäten entstehen: Depressionen, Angststörungen, Suchterkrankungen, Somatisierungs-, Persönlichkeitsstörungen, psychosenahe Zustände....

Traumatische Bindungen

- Traumatisierte Menschen zieht es zueinander.
- Vorteil: Man fühlt sich verstanden.
- Nachteil: Man triggert sich gegenseitig. Und reagiert mit denselben Verteidigungsmechanismen, die man (früh) gelernt hat: existenzielle Angst und Panik; Bindungsschrei; rasende Wut; Starre und dem Gefühl, in der Falle zu sitzen; Unterwerfung und inneres Leermachen....
- Problem: Überidentifizierung, Verwirrung, Zorn, Rachebedürfnisse – evtl. Impulsdurchbrüche...



Das wäre schön!!



Bottom-Up oder Top-Down?

- **Bottom-Up:** Jeder einschießende Impuls, Affekt, jedes einschießende Körpergefühl bestimmt, was der Mensch denkt. Bei Angst: Es gibt existenzielle Not, raus hier! Bei Wut: Ich muss um mein Leben kämpfen. Bei Trauer: Nichts hilft, es ist alles zu spät, ich gebe auf. Etc.
- **Top-Down:** Einschießende Impulse, Affekte, Körpergefühle werden moduliert: Das ist von früher, nicht von heute. Ich kann später darauf eingehen, bemerke es aber. Es könnte die oder die Ursache haben. Bei Angst: Etwas macht mir Angst, was könnte das sein? Ist es wirklich so schlimm? Bei Wut: Wie kann ich die angemessen äußern? Bei Trauer: Ist das angemessene Trauer oder zu viel? Sollte ich mich ablenken? Etc.
- Wie kann man das Top-Down fördern bei Prozessbegleitung?

Was brauchen sie?

- Respekt, Wertschätzung, Wahrung ihrer Würde! Sie als Menschen mit Leiderfahrung ernst nehmen, nicht pathologisieren!
- Ruhe (räumlich, akustisch, etc.)
- Zuhören, Zutrauen, Ressourcen-Aktivierung („Wie könnten Sie sich jetzt beruhigen?“- „Sollten wir eine Pause machen?“ Etc.
- Sichere Bindungserfahrung in jedem Kontakt: Freundlich Ruhe vermitteln, dann erst fragen....
- Distanzierung äußerlich (Videoübernehmung etc.) und innerlich vom Geschehen, von TäterIn etc. ermöglichen (Bildschirmtechnik)
- Und was noch??

*Was wäre auf dieser Welt alles möglich,
wenn jeder dem anderen helfen würde ...*

Was geht, was geht nicht?

- Früh de-eskalieren, wo immer möglich.
- OpferanwältIn UND Strafverteidiger gemeinsam an der Seite.
- Aussagen glaubwürdig halten: „Ich hatte das GEFÜHL, dass es tausend Mal war...“ – „Ich weiß es nicht (sicher).“ (Aussagezuverlässigkeit ist fast nie gegeben, wenn jemand eine schwere dissoziative Störung hat!)
- Einzelheiten erzählen können??
- Es kann doch nicht angehen, dass die Tatsache, therapeutisch begleitet worden zu sein, die Aussage unglaubwürdig macht! Gegen solche (aussagepsychologischen) Gutachten angehen!!
- Erklären, warum Gefühle zurückgehalten werden.

Was sind die guten persönlichen Ziele der OpferzeugInnen?

- Selbstermächtigung und Selbst-Fürsorge sowie Selbst-Wirksamkeit:
- „Ich bin nicht Nichts!“
- „Ich kann Verantwortung übernehmen.“
- „Ich habe versucht, was ich konnte.“
- Vielleicht sogar: „Ich empfinde, dass ich angehört wurde. Dass man sich bemüht hat.“
- Verständnis dafür, dass Justiz nicht dasselbe ist wie Gerechtigkeit bekommen.
- Selten, aber erstrebenswert: Dass Empfinden, dass Gerechtigkeit erfolgt ist.

Empfehlungen einer Beraterin

- Sehr gute Prozessbegleitung. Einmal natürlich die psychosoziale.
- Dann je komplexer das Thema (etwa mehrere Täter/Täterring/Sekte/destruktiver Kult etc.), dann: harter Strafverteidiger plus weiche traumasensible OpferanwältIn
- Aufrichtig und vorsichtig sein! „Es FÜHLTE SICH SO AN WIE...“ ist besser als Tatsachenbehauptung („Es war 250 Mal“, „Es waren über 50 Täter“ etc. wenn man das nicht nachweisen kann....)
- Die Erstaussage ist entscheidend, daher gut überlegen, wann und in welcher Form sie getätigt wird, da man vermutlich häufiger die Aussage wiederholen muss.
- Gut ist, wenn man Einzelheiten, die belanglos erscheinen können, aber Alltagsbeobachtungen entsprechen, mit nennen kann (Teppich- oder Tapetenmuster, was herumlag oder –stand etc.)

(Sonja K.)

Erfahrung einer Psychotherapeutin

- Ich habe gerade eine Patientin vor Augen (Komplextrauma, hohe Dissoziationsneigung aber keine DIS), für die folgendes besonders wichtig war:
- traumasensible Anwältin
- Begleitperson, die zum einen Sicherheit vermittelte, zum anderen wichtige Gesprächsinhalte protokollierte und nachbereitete; auch bei Telefonaten (gut informierte Freundin, SPZ- Mitarbeiterin, Therapeutin)
- gute Vorbereitung (Transparenz der Abläufe, Kennenlernen der örtlichen Gegebenheiten, Skills, von denen die Pat. wusste, dass sie sie anwenden kann und "darf")
- eigener Wartebereich und Ausschluss von "zufälligen" Begegnungen mit Täter/Mittätern
- - zugewandter, verständnisvoller und gut informierter Richter (da hatte die Pat. Glück)

(Sandra P.)

Erfahrungen einer psychologischen Beraterin

Eine Patientin - Opfer der organisierten Gewalt - hat es geschafft

- mit einer guten Rechtsanwältin an der Seite,
- unter Polizeischutz
- mit Verkleidung und Perücke
- mit Freundin im Hintergrund
- mit viel therapeutischer Vorbereitung (u.a. mit Ressourcenteam, Absorptionstechnik (EMDR)
- und mit viel Überlebenswillen und innerer Stärke... hoffentlich habe ich nichts vergessen!
- Und er ist verurteilt worden - sicher nicht lange genug, aber immerhin mal für ein paar Jahre!

(Ulrike S.)

Schwierig bei komplex traumatisierten OpferzeugInnen

- Besonders komplex traumatisierte Klientinnen bräuchten ein wenig Zeit um mit ihnen an der Stabilisierung arbeiten zu können, bevor die Einvernahme bei den verschiedenen Stellen erfolgt. Aber wenn der Beschuldigte in Untersuchungshaft ist, dann ist der Staat verpflichtet schnell festzustellen, ob nicht ein gelinderes Mittel angewendet werden kann – und daher wird die Befragung der Klientin in diesen Fällen sehr rasch angesetzt. Da arbeiten wir sehr direktiv mit ein – bis zwei Stabilisierungsübungen und mit Übungen zum Schutz der Klientin, z.B. was zieht sie an , um sich sicher zu fühlen, können wir sicherstellen, dass sie ihre Aussage machen kann, ohne, dass der Beschuldigte im Raum ist. Wie kann sie sich gegen den gegnerischen RA abgrenzen. Wie kann ich sicherstellen, dass ich die Verhandlung unterbrechen kann, wenn ich sehe, dass die Klientin in ein Flash back gerät, und dissoziiert. Diese Situation muss auch mit der RA angesprochen werden. Wir füttern die RichterInnen mit Informationen zum Thema Trauma, Auswirkungen, und auch dass das Erinnern für diese Klientinnen sehr schwierig ist – und eine falsche Erinnerung nichts mit Glaubwürdigkeit zu tun hat.

(Renate E.)

Bedenken aus 30J. Prozessbegleitung

- Ich persönlich bin davon überzeugt, dass bei komplextraumatisierte Menschen sehr genau überlegt werden muss, ob eine Anzeige erstattet werden soll – zumindest, solange das Rechtssystem so tickt, wie jetzt. Bei uns (Österreich) gibt es nur einen Bruchteil von Verurteilungen (besonders bei sexualisierter Gewalt), und ich erlebe immer wieder, dass es Klientinnen nach diesen Strafverfahren psychisch viel schlechter geht als vorher,. Besonders Frauen mit Migrationshintergrund oder auch Flüchtlingsfrauen ist es schwer begreiflich zu machen, was da bei Gericht passiert, nicht davon zu sprechen, dass es auch mit gerichtlich beeideten DolmetscherInnen viele Probleme gibt, die dann die Betroffenen ausbaden müssen.
- Ich bin sehr in der Frage von Anzeigen ja oder nein gespalten, denn prinzipiell finde ich, dass Straftaten öffentlich gemacht werden sollten, und die Täter die Verantwortung übernehmen müssen. Aber wenn die Gefahr zu groß ist, dass die Opfer traumatisiert werden, und der Täter ohnehin freigesprochen wird, dann verlege ich mich lieber auf die politische und gesellschaftliche Arbeit, um zuerst den Umgang mit Opfern und ZeugInnen vor Gericht zu verbessern. Denn ein „Verheizen“ von Opfern – wie es immer wieder passiert, finde ich ebenfalls eine Gewaltform.

(Renate E.)

Was tun bei fortgesetzter Gewalt ?

- Von einer direkten Anzeige raten wir dann ab.
- Man kann die Belastung der OpferzeugInnen so gering wie möglich halten, indem man durch eine AnwältIn direkt der Staatsanwaltschaft eine „Sachverhaltsdarstellung“ schickt. Grund ist auch, dass die PolizistInnen die Darstellung in der Regel sehr unzureichend aufschreiben.
- Nach der Reaktion auf die Sachverhaltsdarstellung durch die Staatsanwaltschaft können wir dann ermessen, ob eine Anzeige eine Chance hätte. Wenn das nicht gut aussieht, bleibt es bei dem Rat, keine direkte Anzeige zu erstatten. Das Gleiche gilt für den Fall, dass die AnwältIn aus rechtlichen Gründen von einer Anzeige abrät.

(Renate E.)

Beispiel: So sollte ein guter Strafverteidiger ausgebildet sein!

- Ich bin ein im Bereich der Jugendkriminologie promovierter Rechtsanwalt sowie als Mediator, systemischer Berater und Supervisor (SG) und als Traumapädagoge (zptn) weitergebildet. So arbeite ich regelmäßig als Verfahrensbeistand für Kinder- und Jugendliche im familiengerichtlichen Verfahren, Nebenklagevertreter für gewaltbetroffene Menschen und Verteidiger in Jugendstrafsachen. In meiner täglichen Arbeit ist es mir immer wichtig, die juristische mit der psychosozialen Arbeit zu verknüpfen und mit den übrigen beteiligten Fachkräften in einem guten Kontakt zu stehen.
- Weitere Informationen über mich können Sie den Seiten www.felixschulz.de und www.zentrum-handlungskompetenz.de entnehmen.

Beispiel: Opferanwältin

- Noch eine Empfehlung bzgl einer Rechtsanwältin für Gewaltopfer: Die Anwältin Frau Worm mit Kanzlei in Essen (s.u.) ist nicht nur fachlich, sondern auch menschlich top und sehr engagiert. Bestimmt gibt es Kollegen im Ruhrgebiet, die die Adresse einer guten Anwältin gebrauchen können. Viele Grüße Maja Koutsandréou
- Ich heiße Christina Worm und bin seit 2011 selbstständige Rechtsanwältin. Meine Rechtsgebiete umfassen das Sozialrecht und das Strafrecht. Ich bin dabei insbesondere im Bereich der Nebenklagen, also der Opfervertretung, und der Opferentschädigung tätig.

Hierbei arbeite ich oft mit traumatisierten Personen zusammen, denen nach der Straftat auch noch die Bürokratie angetan wird. Ich stehe daher den Mandanten zur Seite und biete ihnen, neben dem Kampf um ihr Recht, Unterstützung und sachliche Hilfestellung.

Rechtsanwältin
Christina Worm
Holsterhauser Str. 81
45147 Essen

www.worm-recht.de

Tel.: 0201 - 8159373
Fax: 0201 - 8159374

Erfahrungen eines Opferanwalts:

- Meine letzten Erfahrungen mit den Strafgerichten waren grundsätzlich positiv. Es war durchaus so, dass die Gerichte den Zeug_innen Glauben schenken und auch aus deren posttraumatischen Symptomen (Angst, Verzweiflung, Weinen, Sprachlosigkeit, Übelkeit etc) schlossen, dass diese sehr belastende Erfahrungen gemacht haben müssen.
- Aus meiner Sicht liegt die Schwierigkeit vielmehr darin, dass die Gerichte aus juristischen Gründen viele Details der Taten erfragen müssen, die die Betroffenen - für uns wenig überraschend - nicht mehr oder „nur“ lückenhaft schildern können.
- Selbst in Fällen, in denen es letztendlich nicht zu einer Verurteilung kam, baten mich manche Vorsitzenden „hinter vorgehaltener Hand“ meinen Mandant_innen auszurichten, was sie über den Angeklagten dachten (meist nicht wirklich Positives), dass sie den Opfern grundsätzlich glaubten und „gerne“ verurteilt hätten, aber die Beweise nicht ausreichten.
- Staatsanwältinnen und Staatsanwälte erlebe ich überwiegend als sehr emphatisch, nicht nur im Sexualstrafrecht erfahrene Staatsanwältinnen, sondern auch junge Staatsanwälte. Auch diese kamen in den Sitzungspausen in letzter Zeit auf die Betroffenen zu und bestärkten sie.
- Sehr unangenehm bleiben viele Verteidiger.

Was sich ein Opferanwalt wünscht

- Entschleunigung und Zeit zum Aufbau einer Arbeitsbeziehung und eines Vertrauensverhältnisses
- Psychoedukation
- Schildern des Ablaufs der Hauptverhandlung mit allen Beteiligten (auch der Sitzordnung), deren Rechte, Pflichten und Aufgaben
- nach Möglichkeit vor der Verhandlung schon einmal den Sitzungsraum besichtigen
- Ressourcenaktivierung und Stabilisierung im Vorfeld der Hauptverhandlung
- Einbeziehung des sozialen Umfelds, soweit förderlich (z.B. Partner_innen)
- Schutz während der Hauptverhandlung: Ich bitte meine Mandant_inne immer, wo und in welchem Abstand zu ihnen ich sitzen soll. Während der Zeugenaussage bemühe ich mich, in der Sichtachse zwischen Opfer und Täter zu sitzen (nicht jeder Vorsitzende erlaubt das)
- Anträge, unter anderem auf Ausschluss der Öffentlichkeit während der Aussage der Opfer, Abspielen von Videos der polizeilichen Aussagen oder, den Angeklagten während der Vernehmung des Opfers aus dem Saal zu entfernen
- sofern ein (psychiatrischer) Sachverständiger anwesend ist, diesen nach Dynamik und Folgen traumatischen Erlebens befragen, um diesen als neutrale Instanz zu „nutzen“, dem Gericht traumatisches Erleben näher zu bringen. Ggf. auch Stellen eines entsprechenden Beweisantrags.
- - und vor allem eine gute und enge Zusammenarbeit mit der psychosozialen Prozessbegleitung.

Was brauchen die HelferInnen?

- Ruhe zwischendurch, gute Team-Hygiene, Fortbildungen, Supervision, Intervention
- Achtsamkeit(sübungen!) und Ressourcen-Aktivierung
- Wertschätzung, (individuelle und Team-)Förderung!
- Ermutigung im konkreten alltäglichen Verhalten, gute Grenzen, ausreichend Freizeit
- Kooperation mit ambulant und (teil-)stationär arbeitenden KollegInnen.
- Und was noch?

Weshalb alle HelferInnen HeldInnen sind...

- Weil wir nicht wegschauen und uns nicht mit begnügen, sondern versuchen, den Betroffenen beizustehen.
- Weil wir uns anrühren lassen und einlassen, oft sehr existenziell. Und dann lernen müssen, uns angemessen abzugrenzen, da wir die Arbeit sonst nicht schaffen.
- Weil uns oft der Atem stockt ob der ungeheuren Qualen, denen sie – auch in Prozessen – ausgesetzt sind, und wir trotzdem weiterarbeiten.
- Weil es unendlich lange dauert, und es trotzdem nur einige schaffen, dass ihre Peiniger verurteilt werden. Und wir trotzdem weitermachen.
- Weil wir auch weitermachen, obwohl wir manchmal ausgenutzt oder getäuscht werden.
- Weil wir durchhalten. Das ist es, was am meisten gebraucht wird: Verlässliche, freundliche Menschen, die zuhören und unterstützen, wo immer möglich.

Schützen Sie Ihr gutes Herz, damit es sich immer für leidende Menschen öffnen kann!

