

**Traumabehandlung bei Kindern
und Jugendlichen**

Jugendhof Vlotho, 13. – 14. März

Michaela Huber
www.michaela-huber.com

15.6.2007

Überblick 1. Tag

1. Wer ist da? Ressourcenorientiertes Kennenlernen.
2. Traumaaarbeit – Geschlechts-spezifisch betrachtet.
3. Was hilft?
4. Fallgeschichten.

15.6.2007

1. Übung: Ressourcenorientierte Kontaktaufnahme

- Je 5 Minuten zu zweit erzählen: Name, Funktion, Ort – und was möchtest du mir noch erzählen?
- Zuhörende/r unterteilt in sich einen erlebenden und einen beobachtenden Anteil: Das höre ich an Fakten – und dabei höre ich, was für besondere Fähigkeiten/Eigenschaften du hast.
- Wiedergabe: Nur zwei Sätze jeweils über den/die andere/n: 1. Name/Ort/Funktion. 2. Eine Metapher, ein Bild, eine Idee über den/die andere/n – was mir beim empathisch-beobachtenden Zuhören positiv aufgefallen ist.

15.6.2007

Teil 2 Traumarbeit Geschlechts-spezifisch betrachtet

Michaela Huber
www.michaela-huber.com

15.6.2007

Geschlechtsspezifische Unterschiede: Andere Traumata – andere Folgen

<ul style="list-style-type: none">■ Jungen und Männer erleiden mehr „Kampftraumata“■ Wenn sexuelle Gewalt, dann eher außerfamiliär■ Familiär: Zu früh „Mann“ sein müssen■ Hauptaffekte: Sich gedemütigt fühlen, unterschwellige Angst, offene Wut und Rachegefühle	<ul style="list-style-type: none">■ Frauen und Mädchen erleiden mehr Verrats- und Bindungstraumata■ Eher sexuelle Gewalt und eher enge Bindung zum Täter■ Sozialisation zum „Nettsein“■ Hauptaffekte: Existenzielle Angst, Scham, Entsetzen, Schuldgefühle, „Schlecht und schmutzig sein“
---	--

15.6.2007

Erlittene Gewalt – gegen wen sie gerichtet wird

<ul style="list-style-type: none">■ Traumatisierte Jungs/ Männer neigen dazu, gewalttätig gegen andere zu werden. Oder „sitzen auf ihrer Wut“ und werden depressiv.■ Ihre Empathie-Fähigkeit ist sehr stark eingeschränkt.■ Ein traumatisierter Junge oder Mann provoziert eher eine körperliche Auseinandersetzung und wird dabei verletzt, als sich selbst direkt zu verletzen.	<ul style="list-style-type: none">• Traumatisierte Mädchen und Frauen werden gewalttätig gegen sich selbst und (gleichgültig) gegen andere Opfer u. ihre eigenen Kinder.• Eine weibliche Trauma-Überlebende tut sich eher selbst unmittelbarer Gewalt an, indem sie sich schneidet etc. oder – indirekter -, indem sie wiederholt Partnerschaften mit Miss-handlern eingeht.
---	---

15.6.2007

Geschlechtsspezifische Unterschiede: Depressiver Rückzug

- Jungen/Männer halten mithilfe der Depression ihre Aggression unter Kontrolle.
- Mädchen/Frauen halten mithilfe der Depression ihre Angst, ihre Dissoziationen /Intrusionen und ihr SVV unter Kontrolle.
- Cave SSRIs: Mehr Serotonin, führt zu weniger Depression, aber auch zu mehr (unkontrollierbaren) Aggressionen. Besser Amitryptilin. Aber:
- SSRIs helfen. Aber:
- Erst Umgang mit Täterschaft u. Wut lernen! Sonst antagonistisch mehr Depression und/oder Suizidalität, aber auch mehr Gewalt.
- Gleichzeitig Umgang mit Dissoziationen/Intrusionen erlernen! Vitalisierung kann sonst Suizidalität und/oder Überflutung und psychotische Entgleisung auslösen.

15.6.2007

Mädchen in der Pubertät

- Mit der Pubertät (die heute teilweise schon mit 8 oder 9 Jahren beginnt!), geht ein natürlicher und notwendiger Anstieg im Körperfett einher.
- Brüste, Schenkel, Hüften entwickeln sich schneller als die Psyche der Mädchen, und das hat oft tief verstörende Auswirkungen auf ihre Gefühle und Phantasien in Bezug auf ihren Körper (Cross, 1993; Farber 2002).

15.6.2007

Mädchen in/ab der Pubertät: Den Körper kontrollieren/gestalten

- Kontrolle über den Körper zu bekommen, wird für Mädchen und Frauen zu einer Ganztags-Beschäftigung (Brumberg, 1997).
- Etliche Mädchen wünschen sich und bekommen in den USA, tendenziell auch bei uns, zum Geburtstag schon chirurgisch-kosmetische Eingriffe geschenkt: Collagen-verstärkte Lippen, Nasenplastiken für eine kleinere Nase, Brustimplantate... (Farber, 2002)

15.6.2007

Pubertäre Mädchen nach sexueller Gewalterfahrung

- In der Kindheit sexuell misshandelte Mädchen erleben in der Pubertät neue Schrecken: Wieder reagiert ihr Körper in einer unbekannteren, unkontrollierten, erschreckenden Weise.
- Flashbacks verstärken den Druck, den Körper für das „Verbotene“ zu bestrafen. (Farber, 2002)

15.6.2007

Jungen-Probleme

- Hyperaktivität, Leistungsprobleme, acting-out, Dissozialität, Gang-Bildung – und/oder
- Depression, Leistungsprobleme, spacing out, sozialer Rückzug
- Empathie-Mangel
- Beide: Empfänglich für „PC statt Beziehungs-Weh“: unsicher-vermeidende oder desorientierte Bindung; großer Medienkonsum, Freizeit im Internet, evtl. Killerspiele....

15.6.2007

2. Übung: Geschlecht und Lernen

- Was habe ich von meinem gleichgeschlechtlichen Elternteil, was mir gefällt, und was gefällt mir nicht?
- Wie habe ich den Umgang als Kind mit gleichgeschlechtlichen Kindern erlebt? Was war schön, was war schwierig?
- Wie habe ich als Kind gedacht, ist ein typischer Mann/eine typische Frau, und wollte ich so sein?
- Wer war am meisten Trost und Hilfe in der Not?
- Wer war mein größtes Vorbild?
- Wie hat sich das alles auf meine Entwicklung ausgewirkt?

15.6.2007

Geschlechtsunterschiede bei Selbstverletzung und Gewalt

- **Männliche Trauma-Überlebende, die sich selbst verletzen, tun dies gewalttätiger, und**
- **sie neigen dazu, die Gewalt auch nach außen zu richten („Familiendrama“).**
- **In Gangs und unter Brüdern sozialisieren sich die Jungs gegenseitig zum Macho.**
- **(Fast) nur Mädchen und Frauen „ritzen“ (schneiden sich oberflächlich).**
- **SVV sehr variabel, z. B.: „Wenn ich mittleren Druck habe, schneiden; bei hohem Druck kotzen...“**
- **Nach außen: Entwertung/verbale Aggression, Gewalt in Mädchen-Gangs u. gegen jüngere Geschwister.**

15.6.2007

Häufigkeit von Selbstverletzungen und Suizidversuchen bei hochdissoziativen KlientInnen

**Selbstverletzungen pro Monat
(Angaben in Prozent)**

Kategorie	Prozent
keine	4,65
seltener als monatlich	13,95
1-5x	20,93
6-10x	32,56
mehr als 10x	27,91

**Anzahl an Suizidversuchen
(Angaben in Prozent)**

Kategorie	Prozent
keine	27,91
1x	2,33
2-3x	16,60
4-5x	16,60
6-10x	9,30

15.6.2007

Mädchen und Selbstverletzung: Je früher, desto schlimmer

- Je früher die Mädchen mit Selbstverletzungen beginnen, desto fragiler ist ihre Persönlichkeit und desto tiefer wird sie zu deren Bestandteil (Levy-Warren, 1996)
- Viele Mädchen experimentieren mit selbstschädigendem Verhalten (extreme Diäten, Appetitzügler, Entwässerungspillen, Abführmittel; Kotzen nach Fressattacken... bis hin zu Misshandlungs-Beziehungen).
- Aber welche dabei bleibt, ist i.d.R. vor-traumatisiert !! (Farber 2002)

15.6.2007

Geschlechtsspezifische Unterschiede in der Beziehung zum Täter

- | | |
|---|---|
| ■ Jungen:
Täteridentifikation:
männlich. | ■ Mädchen:
Täteridentifikation:
männlich |
| ■ Opferseite wird als
unmännlich
abgewehrt
(„Warmduscher“,
„Memme“, etc.) | ■ Täterloyalität: weiblich
(wie die Mutter etc.) |
| | ■ Opfersein ist Ich-
synthon
(identitätsstiftend) |

15.6.2007

Komplementäre Partnersuche

<ul style="list-style-type: none">■ Traumatisierte Jungen und Männer suchen eher ein „Weibchen“ als Partnerin■ Opfer-Identität wird zugunsten von „Coolsein“ unterdrückt■ Identität: Predator: Der Täter-Retter-Verfolger...	<ul style="list-style-type: none">■ Traumatisierte Mädchen und Frauen suchen eher einen „männlichen“ Mann, den Täter-Retter■ Opfer-Identität des Jungen/Mannes wird nur bei ersten Dates interessant, dann abgewehrt■ Eigene Identität: Prey: Die Beute
---	--

15.6.2007

3. Übung: Schlechte Angewohnheiten – veränderbar?

- Welche schlechte Angewohnheiten habe ich schon verändert?
- Gibt es etwas, das ich noch verändern möchte?
- Wenn ich es verändern möchte – was braucht es dazu?
- Was hält die schlechte Angewohnheit bislang aufrecht? Was müsste ich verändern?
- Darf es sich jetzt (bald) verändern?

ES GEHT HIER NUR UM EINE ERSTE AHNUNG!

15.6.2007

Teil 3

Was hilft?

15.6.2007

Jungen/Männer in der Therapie

- Wenn sie Pech haben, treffen sie auf Pädagogen/Therapeuten, die entweder nur „Kumpel“ sein wollen oder bessere Täter.
- Glück: „Lernen während des gemeinsamen Tuns“ von männlichen Erwachsenen, die Sorgfalt, Respekt, Spaß und Autorität verbinden können und ihnen soziale Erfahrungen vermitteln, bei denen sie „mal oben, mal unten, mal in der Mitte“ sein können.
- Empathie-Lernen ist lebenslang möglich!
- Jungen untereinander müssen lernen, dass auch andere Gefühle als Wut „cool“ sein können, und sich nach dem Schwächsten statt nach dem Stärksten orientieren.

15.6.2007

Mädchen/Frauen in der Therapie

- Wenn sie Pech haben, geht die Pädagogin/Therapeutin mit ihnen entweder in Konkurrenz oder will ihre „beste Freundin“ sein oder bildet eine „Opfer-Solidarität“ (Wir beide gegen die böse Welt da draußen).
- Wenn sie Glück haben, wird die Therapeutin „selber groß“ sein und sie gern darin fördern, „selber groß“ zu werden (jemand anderes, eigenes, stark auf ihre Art...).
- Wichtig: Sich auch mal ablenken, statt zu grübeln. Mehr bewegen und (den) Raum einnehmen/erweitern!
- Mädchen untereinander müssen lernen, sich gegenseitig zu fördern und zu solidarisieren, statt sich „runter zu ziehen“.

15.6.2007

Geschlechtsspezifische Unterschiede Was hilft?

- | | |
|--|--|
| ■ Jungen und Männer müssen nach Gewalterfahrungen lernen, sich selbst zu beruhigen. (Biofeedback...) | ■ Mädchen und Frauen müssen nach Gewalterfahrungen lernen, Selbst(Anteile) und Körper positiv einander anzunähern. |
| ■ Täter: Verantwortung für eigene Täterschaft nehmen, dann erst Opfersein integrierbar. | ■ Traumamaterial auf Distanz, sonst zuviel Grübeln und SVV und missbr. Beziehung. |
| ■ Gesunde „action“ (Sport, Theater, Karaoke, dabei mal der Schwächste sein), Empathie lernen (für ein Tier sorgen...). | ■ Gute, nahe Bindungserfahrung. |
| ■ Dann Trauma-prozessierende Arbeit. | ■ Wehrhaftigkeit ist weiblich! Sich ermächtigen. |
| | ■ Dann Trauma-prozessierende Arbeit. |

15.6.2007

Hinweise für HelferInnen (1)

- Sicheres, langfristiges Bindungsangebot ist entscheidend. Dafür - auch (fach-) politisch – zu kämpfen, ist wichtig, denn traumatisierte Mädchen und Jungen haben keine Lobby außer uns!
- Dysfunktionale, gewaltbedingte Beziehungsmuster, intergenerationell gelernt, können nur allmählich erkannt, thematisiert und verändert werden.

15.6.2007

Hinweise für HelferInnen (2)

- Erst die zunehmende, v. a. zunächst äußere, Distanz zu den Tätern ermöglicht
- A) innere Stabilisierung, innere Distanzierung von Traumamaterial, Integration und Trauer, aber auch
- B) Autonomie und Beziehungsfähigkeit.

15.6.2007

Hinweise für HelferInnen (3)

- Es muss auf mehreren Ebenen gleichzeitig gearbeitet werden, z.B.
- A) Die gute Bindungserfahrung ermöglicht erst die Distanzierung von den „normalen“ zerstörerischen Bindungen.
- B) Ressourcen aktivieren stärkt.
- C) Distanzierung von Traumamaterial oft versuchen, um Energie freizusetzen.

15.6.2007

Hinweise für HelferInnen (4)

- **Traumaintegration heißt nicht nur EMDR etc., sondern jedes „Einordnen“ traumatischer Erfahrungen mit etwas Affekt ist integrativ-verarbeitend (Hippocampus-Volumen wächst sogar!).**
- **Arbeit mit täterloyalen und täteridentifizierten Persönlichkeitsanteilen sofort beginnen, wenn ausreichend sichere Bindung besteht!**

15.6.2007

Hinweise für HelferInnen (5)

- **Was lange und in der Kindheit an Misshandlungs- und Bindungs-Strukturen entstanden ist, kann nur in langfristigen, stabilen Bindungen allmählich verändert werden.**
- **Es lohnt sich. Für die KlientIn und für die nächsten Generationen!**