



ISAAC Kongress 2013

12. Tagung

UK Kreativ!

Wege in der Unterstützten Kommunikation

Fachvortrag

Trauma behindert!

Die Rolle der Unterstützten Kommunikation in der Traumapädagogik

27. September 2013

Tanja Kessler



„Traumapädagogik ist ein Sammelbegriff für die im Besonderen entwickelten pädagogischen Konzepte zur Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen in den unterschiedlichen Arbeitsfeldern.“

Martin Kühn 2008



Traumapädagogik in der Behindertenhilfe

- Berücksichtigt, die im speziellen entwickelten Konzepte der Behindertenhilfe
- Berücksichtigt die Erkenntnisse der Psychotraumatologie, der Psychoanalyse, der Bindungs- und Resilienzforschung
- Unterstützt die Mädchen und Jungen, Männer und Frauen bei ihrer Selbstbemächtigung
- und entlastet die Pädagoginnen und Pädagogen.



Aspekte der Psychotraumatologie



Was ist ein Trauma?

Aus dem griechischen = Wunde

Unter Trauma im psychologischen Sinne verstehen wir eine Verletzung oder Verwundung, die physischer, psychischer oder moralischer Art sein kann.

Sie sind verbunden mit dem Erleben eines Ereignisses von verheerendem Ausmaß.



Trauma und Behinderung

Behinderung und Trauma

- Das Thematisieren beschränkt sich zumeist auf die geistige Behinderung.
- Eine geistige Behinderung ist keine psychische Störung.
- Verhaltensauffälligkeiten werden zumeist als eine Folge der geistigen Behinderung definiert.
- Die normal-menschliche Logik wird negiert, auf äußere Belastungen zu reagieren.
- Menschen mit geistiger Behinderung sind in besonderer Weise von seelischen Verletzungen betroffen.



WHO: „Trauma ist ein **belastendes Ereignis** oder eine Situation kürzerer oder längerer Dauer mit **außer-gewöhnlicher Bedrohung** oder **katastrophenartigem Ausmaß**, die **bei fast jedem** eine **tiefe Verzweiflung** hervorrufen würde.“

(Dilling et.al., 2000)



Risikofaktoren

- Geistige Behinderung
- Körperliche Behinderung
- Unfälle, schwere Krankheiten, Krankenhausaufenthalte
- Emotionale Vernachlässigung, anhaltende Abweisung
- Körperliche Gewalt
- Sexuelle Gewalt
- Häusliche Gewalt
- Stigmatisierung
- Soziale Isolation
- Rigide, kontrollierende Lebensbedingen
- Anhaltende Unter- oder/und Überforderung
- Eine schwere (insb. psychische) Störung der Eltern
- (gewaltsamer) Tod eines Familienangehörigen
- Obdachlosigkeit, Flucht, Krieg, Naturkatastrophen usw.
- Traumatisierung durch Trennung



Mittlerfaktoren von Traumatisierung

- Je mehr die Ursache des Trauma-Ereignisses in den Identifikationsprozess des Opfers eingreift, desto gravierender sind die Folgen.
- Je mehr sich Trauma-Ereignisse häufen, umso gravierender sind die seelischen Folgen.
- Je früher die Traumatisierung einsetzte, umso tiefgreifender sind die Schäden im Aufbau der Persönlichkeitsstruktur.
- Je mehr schützende Faktoren, desto eher eine Bearbeitung möglich.



Protektive Faktoren - Resilienz

- ☺ Großfamilie, kompensatorische Elternbeziehungen
- ☺ Robustes, aktives und kontaktfreudiges Temperament
- ☺ Sicheres Bindungsverhalten
- ☺ Zuverlässige Versorgung und Assistenz
- ☺ Respektvolle Betreuung (medizinisch, therapeutisch, pädagogisch, pflegerisch)
- ☺ Soziale Förderung (Jugendgruppen, Schule, Kirche)
- ☺ Vernetzung
- ☺ Verlässlich unterstützende Bezugspersonen im Erwachsenenalter
- ☺ Überdurchschnittliche Intelligenz
- ☺ Dauerhafte gute Beziehung zu mindestens einer primären Bezugsperson
- ☺ Humor, Kreativität
- ☺ Möglichkeiten der Realitätsanerkennung



Phasen der Traumatisierung

1. Das traumatische **Ereignis**

2. Die **Reaktion** auf ein Trauma

3. Die **Folgen** der Traumatisierung



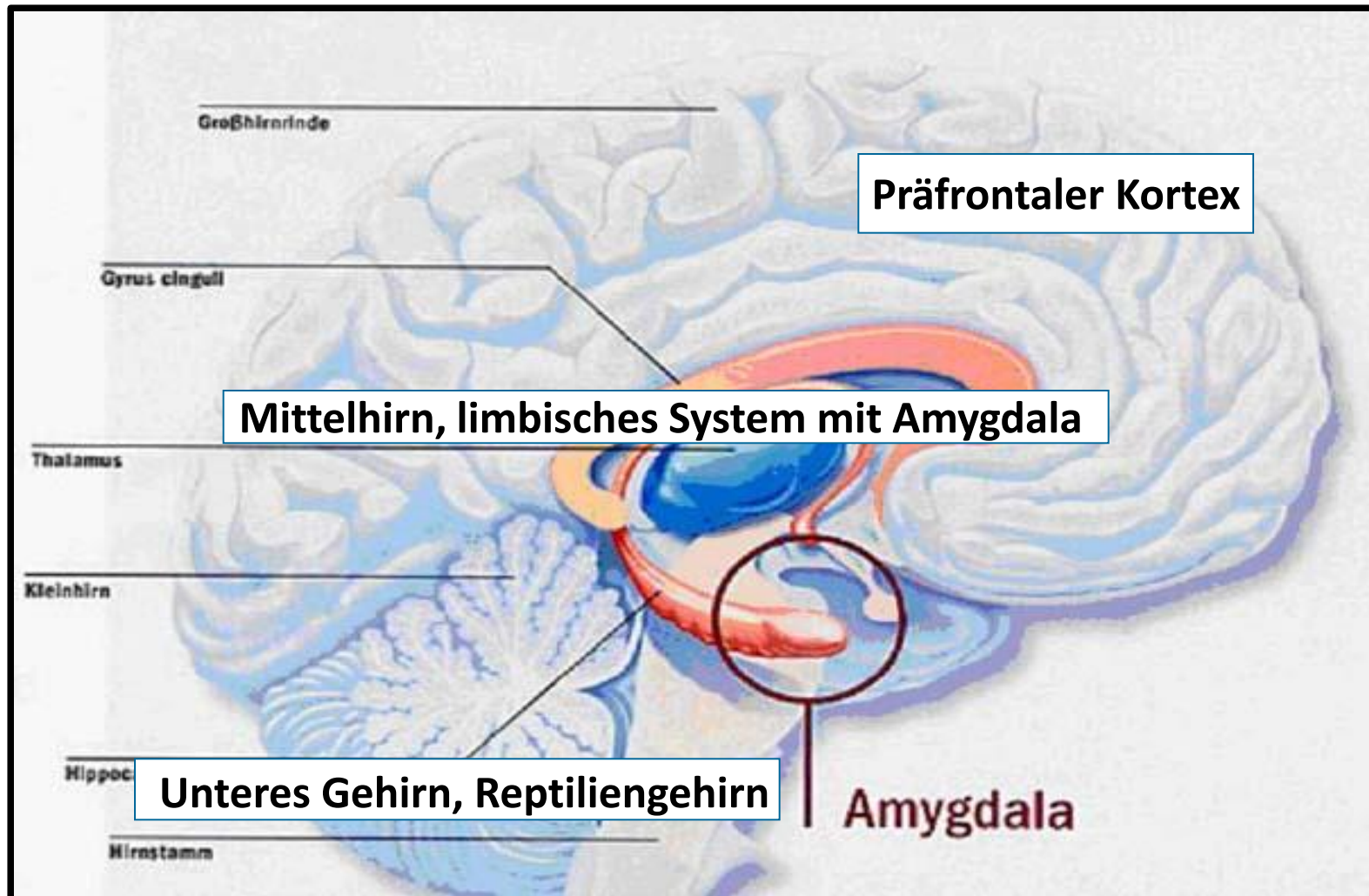
Die Physiologie oder die Körperlichkeit des Traumas



**Am Beispiel des dreigliedrigen Gehirns
Nach Levine/Kline**



Das dreifältige Gehirn





Wie der Kopf und der Körper reagieren

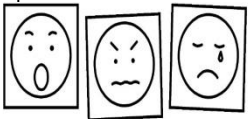


Chef-Etage: Großhirn(rinde), Kortex

Denken, Planen, Entscheiden, zielgerichtetes Handeln, Rationale Entscheidungen



1+2=3



1.Stock: Limbisches System, Amygdala,

Warnzentrale, Steuerzentrale der Gefühle, und Speicherzentrale für zersplitterte Sinneseindrücke , die Sprache des 1. Stocks sind die Emotionen



Erdgeschoss: Reptiliengehirn

Art- und Selbsterhaltung, Atmung, Blutdruck, Körperfunktionen- und reaktionen, seine Sprache sind Empfindungen



Was geschieht physiologisch bei Gefahr?

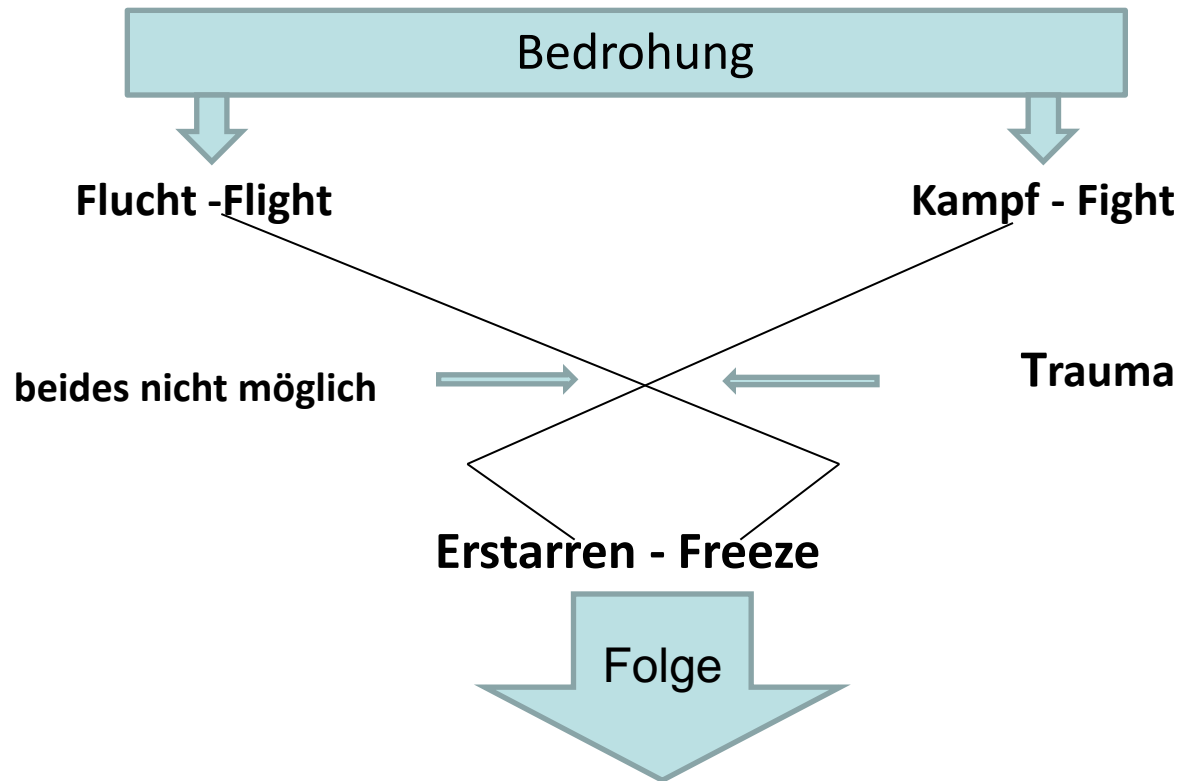


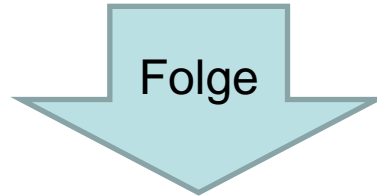
- Im Reptiliengehirn wird bei Gefahr eine außergewöhnliche Menge an Energie bereitgestellt.
- Die Hormone Adrenalin und Noradrenalin in die Blutbahn gepumpt und so zusätzliche Energiereserven mobilisiert. Der Puls steigt, das Herz klopft, die Muskeln sind besonders aktiviert und die Aufmerksamkeit ist erhöht.
- Der Blutstrom fließt in die große motorische Flucht- und Kampfmuskulatur, die Atmung wird schneller und flacher.
- Die Pupillen weiten sich. Die Blutgerinnung nimmt zu.
- Das verbale Ausdrucksvermögen nimmt ab, das Denken ist ausgeschaltet.
- Die Muskelfasern sind stark erregt, häufig bis zum Zittern.
- Es wird Cortisol ausgeschüttet, dieses Stresshormon wirkt entzündungshemmend und unterdrückt Fieber und Schmerzen. Bleibt der Cortisolspiegel dauerhaft erhöht, wird das Immunsystem auf lange Zeit unterdrückt und dadurch ernsthaft geschwächt.

Die traumatische Zange



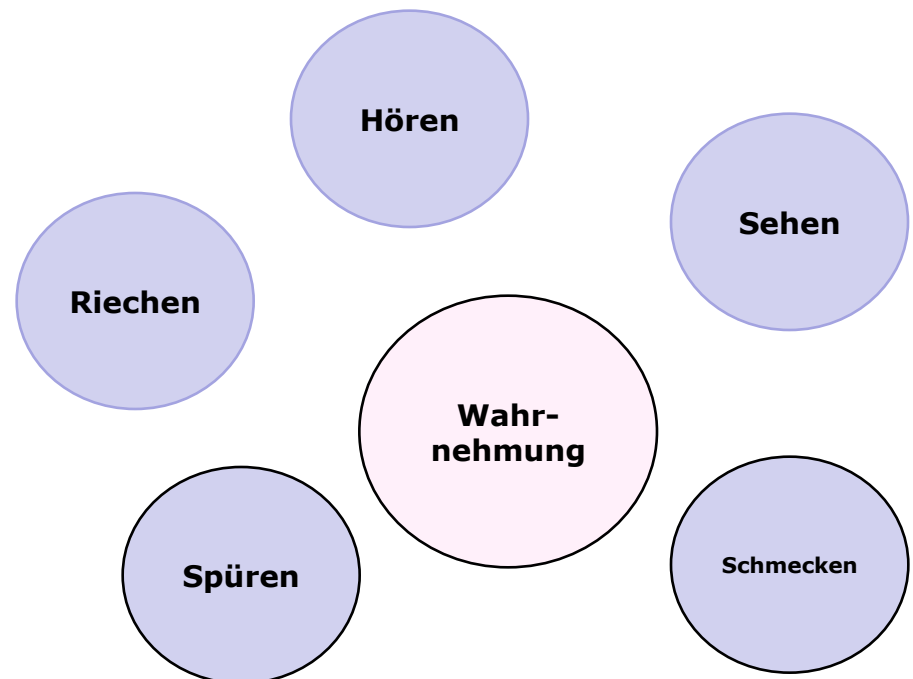
Die Handlungsmöglichkeiten Flucht oder Kampf stehen nicht zur Verfügung





Innerhalb dieser Erstarrung, in Folge fehlender Handlungsmöglichkeiten nach außen, setzt ein nach innen gerichteter Schutzmechanismus, ein Überlebensmechanismus ein!

**Es kommt zum Zerreißen
der Wahrnehmung**



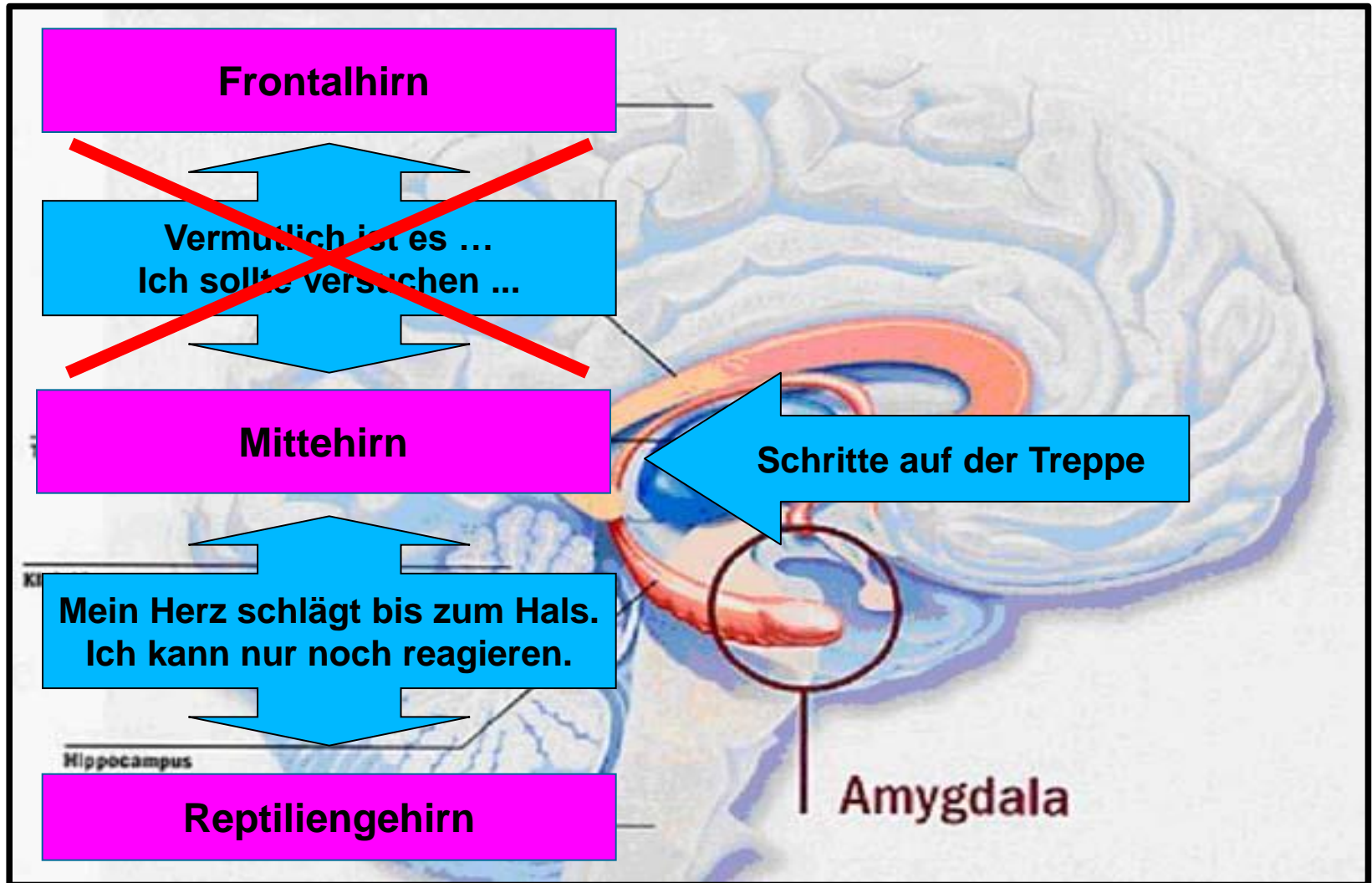
Über die Entstehung sekundärer Traumasymptome



- Wenn überwältigende Ereignisse entweder außerordentlich intensiv sind, über längere Zeit anhalten oder wiederholt auftreten, verändert das Gehirn seine Funktionsweise.
- Es befindet sich in einem Zustand erhöhter Wachsamkeit. Diese erhöhte Wachsamkeit verursacht auch dort die Wahrnehmung von Gefahren, wo keine sind.
- Normalerweise sendet die Amygdala zu höheren und niedrigen Gehirnbereichen Warnmeldungen. Bei traumatisierten Kindern sendet das Gehirn keine simultane duale Botschaften aus.
- Nicht notwendige chemische Stoffe werden in Bewegung gesetzt.
- Werden die Kernsymptome nicht aufgelöst, kommen neue Symptome, hinzu. Levine/Kline(2004) bezeichnen diese als sekundäre Traumasymptome, sie können als dominante Muster in Erscheinung treten.



Das dreigliedrige Gehirn nach Levine/Kline 2004



Sekundäre Traumasymptome nach Levine/KLine



chronische Übererregung:

- Panikattacken, Ängste und Phobien
- Rückblenden (»flashbacks«)
- Übertriebene Schreckreaktionen
- Extreme Licht- und Geräuschempfindlichkeit
- Überaktivität
- Ruhelosigkeit
- Übertriebene gefühlsmäßige Reaktionen
- Alpträume und nächtliche Angstattacken
- Vermeidungsverhalten, »Klammern«
- Sich von gefährlichen Situationen angezogen Fühlen
- Häufiges Weinen und Reizbarkeit
- Abrupte Stimmungswechsel, zum Beispiel Wutreaktionen
- Temperamentsausbrüche
- Regressive Verhaltensweisen (nach der Flasche verlangen, Daumenlutschen, Bettnässen, Kindersprache u.Ä.)
- Verstärktes Risikoverhalten



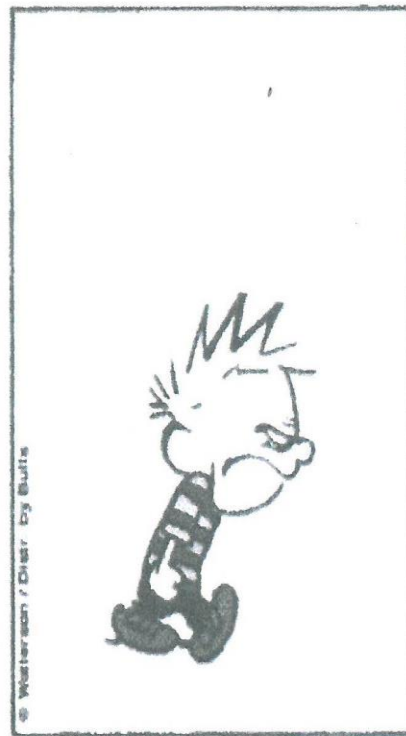
Dissoziation

- Ablenkbarkeit und Unaufmerksamkeit
- Gedächtnisverlust und Vergesslichkeit
- Reduzierte Fähigkeit zu planen und zu organisieren
- Gefühle von Isolation und Getrenntsein
- Abgeschwächte oder verringerte emotionale Reaktionen, die es erschweren, sich an andere Menschen zu binden
- Leicht und häufiges Angestrengtsein
- Häufiges Tagträumen und Angst davor, verrückt zu werden
- Wenig Energie und leichte Ermüdbarkeit
- Exzessive Scheu
- Zeitweise in einer Fantasiewelt oder mit fantasierten Freunden leben



Kontraktion, Erstarren (Einfrieren) und Bewegungsunfähigkeit

- Kopfschmerzen
- Magenschmerzen, Darmkrämpfe, Verdauungsprobleme
- Gefühle und Verhaltensweisen, die Hilflosigkeit zum Ausdruck bringen
- Gefühle von Schuld und Scham
- Stetige Wiederholung des selben Spiels
- Verringerte Kapazität für Freude
- Wenig Energie/leichtes Ermüden
- Asthma
- Bettnässen und Einkoten
- Vermeidungsverhalten
- Verminderte Neugier
- Haltungs- und Koordinationsprobleme
- Übertriebene Anhänglichkeit/Regression zu früheren Verhaltensweisen





***„Ich glaube, dass der Kern jeder
Traumatisierung in extremer Einsamkeit
besteht, im äußersten Verlassen sein. Eine
liebevolle Beziehung, die in mancher
Hinsicht einfach ist, wird unerlässlich sein,
um überhaupt von einem Trauma genesen
zu können.“***

(Onno van der Hart)



Beziehungsgestaltung

- Bei ihrem Vorgehen orientiert sich die Entwicklungsfreundliche Beziehung an der Vorstellung, daß sie dem Individuum durch ein korrigierendes Beziehungsangebot die Chance eröffnet, alte innere Konflikte zu bewältigen, so daß die Entwicklungsblockade aufgelöst und aufbauende Erfahrungen gesammelt werden können, wodurch eine Nachreifung einsetzt. (Barbara Senkel)
- Die erlebte und emotionale Sicherheit und die Qualität der Beziehungsgestaltung der nächsten Angehörigen mit dem Kind ist die Basis für die Entwicklung und Ausdifferenzierung von Kompetenzen in allen Bereichen. (Ursula Haupt)



Die traumapädagogische Haltung

- Menschen mit einer geistigen Behinderung sind Persönlichkeiten.
- Wir trauen den Menschen zu die Welt zu verstehen, diese handzuhaben und mit Sinn zu füllen.
- Wir trauen den Menschen zu selbstbemächtigt und selbstbestimmt Leben und Entscheiden zu können.
- Ihre Verhaltensweisen sind normale Reaktionen auf eine extreme Stressbelastung.
- Sie haben für ihre Vorannahmen, Reaktionen und Verhaltensweisen einen guten Grund.
- Sie haben in ihrem Leben bislang viel überstanden und geleistet.
- Wir unterstützen sie bei der Entwicklung eines guten Lebens durch Selbstbemächtigung.
- Wir stellen unser Fachwissen zur Verfügung (Profis), sie sind die Experten für ihr Leben.



Inhalte von Traumabearbeitung

- Die Veränderungen von dysfunktionalen Einstellungen und Überzeugungen
- Die Möglichkeit, das Geschehene in die eigene Lebensgeschichte einzuordnen
- Im Leben, im „Jetzt“ einen Sinn zu finden
- Körpergewahrsein und Körperfürsorge zu entwickeln
- Die Selbstregulation von traumatischen Erinnerungsebenen und traumatischem Stress
- Vertrauen in Beziehungen fassen
- Die Entwicklung einer respektierenden Haltung den eigenen Wunden/Schwierigkeiten/Beeinträchtigungen gegenüber
- Soziale Teilhabechancen erwirken



TEACCH in der Traumapädagogik

- Vermittlung von Haltgebenden Strukturen
- Gestaltung von möglichst sicheren (transparenten) Orten
- Orientierung im Hier und Jetzt
- Vermittlung/Gestaltung der (nahen) Zukunft
- Auflösung von Gefühlen der Unendlichkeit in Situationen



Unterstützte Kommunikation in der Traumapädagogik

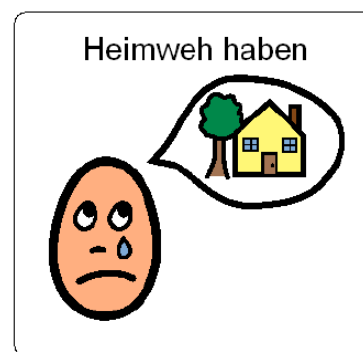
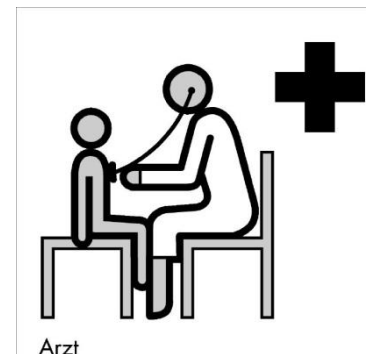
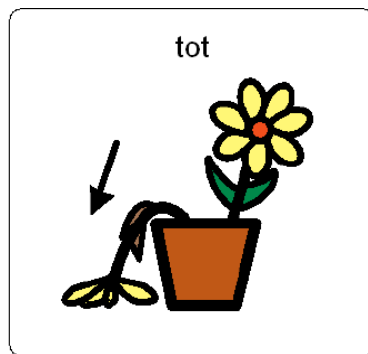
- ist ein Bestandteil der Selbstbemächtigungsarbeit
- verringert und reduziert Gefühle von Isolation
- ermöglicht das Aussprechen von Belastungen und ihren Folgen
- ermöglicht den Umgang mit Belastungen und ihre Reduzierung
- ist Bestandteil der Traumaarbeit.



Welches Vokabular benötigen wir?

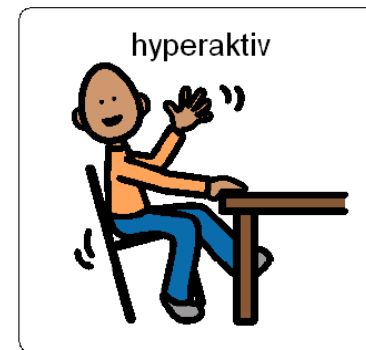
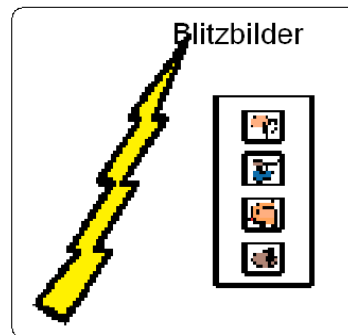
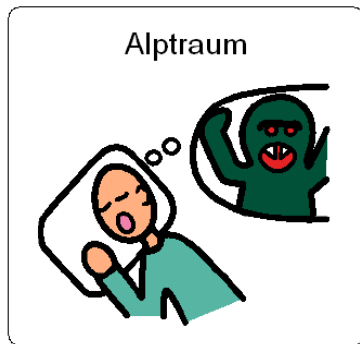


Vokabular das Lebensbelastungen in Sprache bringt.



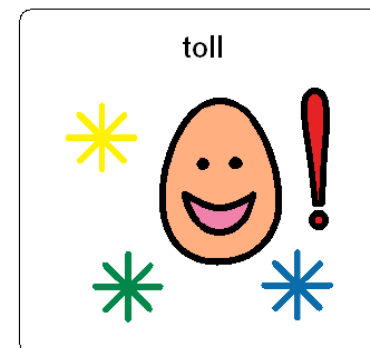
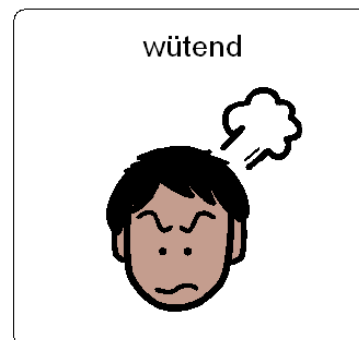
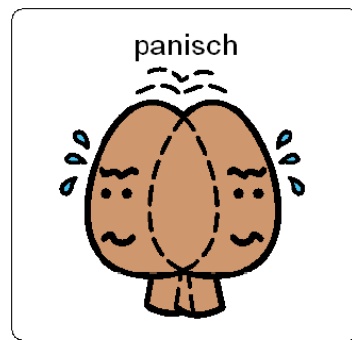
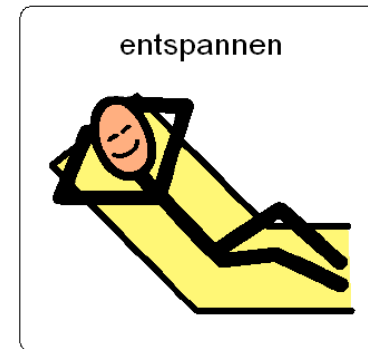
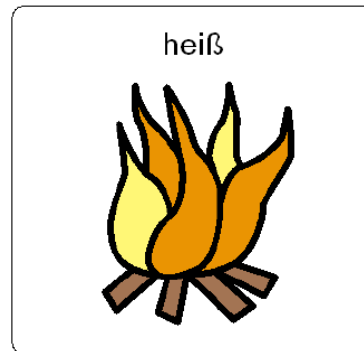


Vokabular das Folgen von Lebensbelastungen in Sprache bringt.



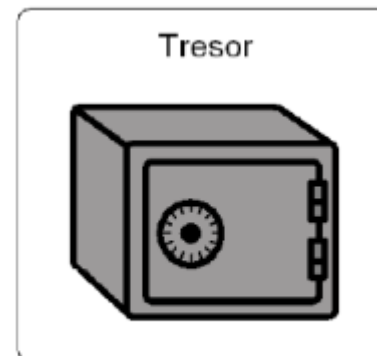
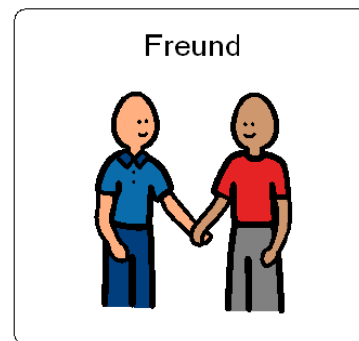
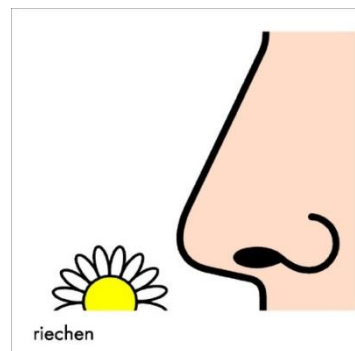
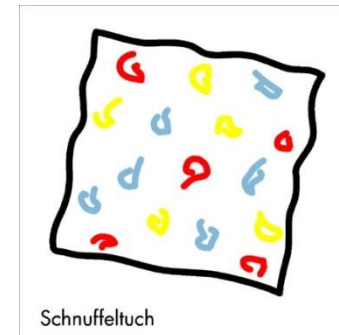
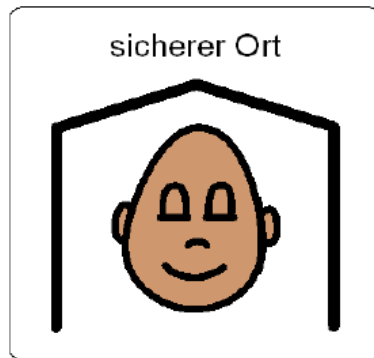


Vokabular das Differenzierungen von Gefühlen und Körperempfindungen in Sprache bringt.





Vokabular das die Resilienzen der Mädchen und Jungen, Männer und Frauen zugänglich macht.





Traumapädagogik ist eine Bewegung

- Für die angemessenere Unterstützung traumatisierter Mädchen und Jungen, mit und ohne Behinderung
- Für eine Pädagogik, die das Wissen um die Dynamik traumatischer Erfahrungen in allen Arbeitsbereichen selbstverständlich berücksichtigt
- Für die angemessene Unterstützung und Wertschätzung der PädagogInnen, HeilpädagogInnen und Pflegeeltern, die einen Hauptteil der Traumarbeit leisten
- Für eine Vernetzung aller Fachbereiche, die Traumarbeit leisten, auf Augenhöhe
- Für eine gesellschaftspolitische Diskussion mit dem Ziel, mit Mitgefühl und Verständnis die Benachteiligungen traumatisierter Menschen sozialpolitisch auszugleichen



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit...

...ich wünsche Ihnen alles Gute und
einen erkenntnisreichen Kongress.