



G. Enamaria Weber-Boch

BEGEGNUNGEN MIT TRAUMA UND HEILUNG

Diagnostik- und Interventionswerkzeug

————— Arbeitsbuch zur Traumamethode —————

Edition BuKaMa



Die Kinder kontrollieren mit ihren Abwehrmechanismen und Überlebensmustern Personen und Situationen durch Wutanfälle, Rechthaberei und Belehrungen.

Sie vermeiden Konflikte durch emotionalen Rückzug und Isolation, und ein Teil ihrer Persönlichkeit fühlt sich schnell emotional angegriffen und reagiert verletzt und ganz verzagt.

Trotz allem besitzen traumatisierte Kinder auch starke Resilienzen und verspüren das Bedürfnis ihre vergangenen Erfahrungen verstehen und lösen zu wollen.



Die Traumamethode „Begegnungen mit Trauma und Heilung“ ist ein Diagnostik- und Interventionswerkzeug, das für Mädchen und Jungen der Kinder- und Jugendhilfe konzipiert wurde. Im Arbeitsbuch zur Traumamethode wird dargestellt, welche Mechanismen die menschliche Psyche ergreift, um nach traumatischen Erlebnissen - und den damit verbundenen schmerzhaften Erinnerungen - so gut wie möglich weiter leben zu können.

Die Spaltung der Psyche

Seelische Wunden nach traumatischen Erlebnissen



Dass sich die Psyche eines Menschen nach traumatischen Erlebnissen aufspaltet, darüber besteht innerhalb der Fachliteratur weitgehend Einigkeit. Es werden verschiedene Spaltungsmodelle diskutiert.

Im Rahmen der Traumamethode, „Begegnungen mit Trauma und Heilung“ beziehe ich mich auf das Spaltungsmodell nach Ruppert, der gesunde Ich-Anteile, traumatisierte Ich-Anteile und Überlebens-Ich-Anteile unterscheidet.

Etwa 80 bis 85 Prozent der jungen Menschen in der Kinder- und Jugendhilfe bringen einschneidende traumatische Erlebnisse wie körperliche und psychische Gewalt, sexuellen Missbrauch oder häufige Bindungsabbrüche mit.

Oftmals haben sie – insbesondere in den ersten Lebensmonaten – emotionale Vernachlässigung und Verwahrlosung erfahren. Mitunter haben sie sogar vorgeburtliche Traumata ausgestanden.

Derartige seelische Verletzungen haben Narben hinterlassen, die sich oft Jahre später im Hier und Jetzt in unterschiedlichen Symptomen und Verhaltensweisen zeigen.



*„Ein Trauma, das nicht realisiert wird,
muss stets aufs Neue reinszeniert werden.
Realisiert – und damit wahr – wird ein Trauma,
wenn der Mensch darüber sprechen kann,
ohne gefühlsmäßig darin zu versinken.“*

Pierre Janet





1. Auflage 2019
ISBN 978-3-9816922-5-9

Homepage: www.edition-bukama.de
Email: info@edition-bukama.de

Beratung, Lektorat und Satz: Dr. Wolfgang Boch
Umschlaggestaltung: bodon – konzeption und gestaltung, Stuttgart
Druck: Henkel GmbH Druckerei, Stuttgart

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Hinweis zu § 52a UrhG: Weder das Werk noch seine Teile dürfen ohne vorherige schriftliche Einwilligung des Verlages öffentlich zugänglich gemacht werden. Dies gilt auch bei einer entsprechenden Nutzung für Unterrichtszwecke!

©2019 G. Enamaria Weber-Boch
Edition-BuKaMa, Verlag für systemische und pädagogische Arbeit,
Kirchplatz 18 in 33803 Steinhagen.

G. Enamaria Weber-Boch

BEGEGNUNGEN MIT TRAUMA UND HEILUNG

Diagnostik und Interventionswerkzeug

Arbeitsbuch zur Traumamethode

Edition BuKaMa

<i>Inhalt</i>	<i>Seite</i>
1. <i>PROLOG - Zusammenleben mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen</i>	7
2. <i>Die Ausgangslage traumatisierter junger Menschen in der Kinder- und Jugendhilfe</i>	17
3. <i>Die Entstehung und das Anliegen der Traumamethode „Begegnungen mit Trauma und Heilung“</i>	49
4. <i>Trauma und psychische Spaltung</i>	63
5. <i>Heilsame Kommunikation und Intervention</i>	79
6. <i>Die Instrumente der Traumamethode „Begegnungen mit Trauma und Heilung“</i>	127
7. <i>Literaturverzeichnis</i>	137

Danksagung

Für das Zusammenleben mit traumatisierten jungen Menschen in den 1980er Jahren sowie die damit verbundenen fachlichen und persönlichen Herausforderungen bin ich sehr dankbar. Sie bildeten den Grundstock dafür, dass ich später als Trägerin, Einrichtungsleiterin und Systemaufstellerin innerhalb der Jugendhilfe wirkungsvoll tätig sein konnte. Sie ließen mich das Besondere an der Arbeit mit traumatisierten Mädchen und Jungen erkennen. Ich erkannte, dass Trauma nicht als Krankheit, sondern als seelische Wunde einzuordnen ist, die versorgt werden muss, damit sie heilen kann. Die Bedeutung einer liebevollen sowie sicheren Beziehung und der täglichen Psychohygiene ist dabei hoch. Als Fachkraft muss man sich bei der Arbeit mit traumatisierten jungen Menschen auf die Stärkung der Widerstandskraft der kindlichen Seele konzentrieren. Denn Resilienz ist nicht unbedingt angeboren, sie ist aber erlernbar.

Dankbar bin ich für das Wissen der psychischen Spaltung nach traumatischen Erfahrungen, das mir überwiegend durch die Veröffentlichungen und Fortbildungen von Franz Ruppert bekannt wurde.

Ich erweiterte meine Aufstellungsarbeit dahingehend. Fortan berücksichtigte ich in meiner Arbeit das Phänomen der psychischen Spaltung. So konnte ich in Form traumapädagogischer Fallaufstellungen Fachkräften der Kinder- und Jugendhilfe die inhomogenen Verhaltensweisen der Kinder und Jugendlichen und deren unbewussten Absichten leichter verständlich machen.

In dem Zusammenhang bedanke ich mich bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unserer Jugendhilfeeinrichtungen für ihr Vertrauen und ihre Bereitschaft, sich mit dem Phänomen der psychischen Spaltung auseinanderzusetzen. Sich zu öffnen, für ein erweitertes Verstehen der psychischen und sozialen Lage der uns anvertrauten jungen

Menschen. Manche Fachkräfte haben sich mit mutiger Offenheit auch eigenen Themen gestellt. Das schaffte Erleichterung und brachte uns alle weiter.

Ein herzlicher Dank geht an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer meiner Weiterbildungsgruppen. Die meisten von ihnen konnten sich für die Anwendung des Modells der psychischen Spaltung rasch erwärmen. Sie empfanden die Traumamethode „Begegnungen mit Trauma und Heilung“ als eine Orientierungshilfe in der traumapädagogischen Arbeit, die vielseitig einsetzbar ist.

Ich bedanke mich bei Raphael Pott, Einrichtungsleiter der Kinderhäuser Steinhagen, für seine fachliche Rückmeldung zum Buch der Traumamethode. Er schrieb mir: „Dein Blick geht weg von dem pathologisierten Kind - Du stellst Zusammenhänge vor, wodurch das jeweilige Kind ganz normal und adäquat auf schmerzliche und ungesunde Erfahrungen in seinem Leben reagiert.“

Ein großes Dankeschön geht an meinen Mann Dr. Wolfgang Boch. Mit ihm, dem Erziehungswissenschaftler, diskutierte ich meine fachlichen Überlegungen und er leistete wertvolle Beratung und Textüberarbeitungen.

Juni 2019

G. Enamaria Weber-Boch

1. PROLOG – Zusammenleben mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen

In den ersten Wochen war unser Zusammenleben ein ständiges Auf und Ab. Wir lebten in einem fortwährenden Spannungsfeld zwischen Höhe- und Tiefpunkten, Angst- und Wut- sowie Ohnmachts- und Machtgefühlen. Mit der Aufnahme von vier schwer traumatisierten Kindern und Jugendlichen veränderte sich unser Leben als Kernfamilie gravierend. Für eine gewisse Zeit verließ uns die Leichtigkeit des Seins. Vorherrschend wurden die ständig wechselnden Gemütsverfassungen der aufgenommenen Kinder und Jugendlichen, die oft schlecht gelaunt waren. Sie offenbarten ungeduldige Verhaltensweisen, ein Streben nach sofortiger Bedürfnisbefriedigung sowie ein schwankendes psychisches Ungleichgewicht mit aggressiven Ausbrüchen und depressiven Verstimmungen.

Die Kinder und Jugendlichen brachten enorme soziale Auffälligkeiten in den Familienalltag ein, die als Folgen ihres traumatischen Erlebens einzuordnen waren. Ihre Kontaktstörungen, ihre mangelnde Fähigkeit zur Selbstregulation und zum Bedürfnisaufschub waren vorherrschend. Sie zeigten verschiedene Ängste und litten an Schlaf-

störungen und Nachtangst. Ihre gering ausgeprägte Gewissensentwicklung, die sich an der Nichteinhaltung sozialer Normen und Werte erkennen ließ, beeinträchtigte unser Zusammenleben erheblich. Sie hatten Schwierigkeiten, aus sozialen Erfahrungen zu lernen und sie zeigten verschiedene schulische Lern- und Leistungsschwächen sowie Teilleistungsstörungen. Mit Kritik konnten sie nur selten umgehen. Kam es zu Konflikten, so stritten sie in der Regel alles ab. Sie reflektierten ihre Verhaltensweisen gar nicht. Suchte ich zur Konfliktklä- rung den Austausch und die Reflexion mit ihnen, sahen sie mich zunächst gar nicht an. Sie schauten weg, schwiegen oder beschuldigten andere. Auch wenn sie nachweislich etwas angestellt hatten, gaben sie dies nicht zu und schwiegen. Oder sie stritten es ab, logen und liefen weg.

Das Bedürfnis, im Mittelpunkt zu stehen, war bei ihnen sehr stark ausgeprägt. Dabei kam es nicht darauf an, ob sie positive oder negative Aufmerksamkeit erhielten. Die Aufmerksamkeit an sich zählte. Ihr Kontrollverhalten gegenüber Situationen und Personen hatte zwanghafte Züge. Ich musste viel Feingefühl und Geschick aufbringen, um den Kontakt und die Kommunikation so gestalten zu können, dass sie sich nicht ausgeliefert und ohnmächtig fühlten.

Unsere Familie war nun besonderen Belastungen ausgesetzt, und ich stand oft unter Handlungsdruck. Die Kinder und Jugendlichen übertrugen ihre traumatischen Erfahrungen auf uns und verwickelten vor allem mich, ihre Hauptbezugsperson, in „Beziehungstänze“ mit wechselnden Rollen (bzw. ich ließ mich von ihnen verwickeln). Da sie ihre persönlichen Befindlichkeiten, Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche nicht in den Familienalltag einbrachten, diese vielmehr weder altersadäquat benennen noch thematisieren konnten, fühlte ich mich verpflichtet, für sie zu handeln. Mir schien es, als seien die Kinder darauf angewiesen, dass ich ihre Bedürfnisse und Befindlichkeiten

rechtzeitig erkenne, sie ihnen von den Augen ablese und ihnen durch meine Worte Ausdruck und Berechtigung ermöglichte. An ihren Reaktionen konnte ich dann ablesen, ob ich ihre Lage richtig oder falsch eingeschätzt hatte. Ich spürte ihre große Sehnsucht nach Nähe, Versorgung und Geborgenheit. Ihren geheimen Wunsch, dazu zu gehören, eine „heile“ Familie zu haben und innerhalb dieser sicher zu sein. Diesem ursprünglichen Wunsch stand aber immer ihre Angst vor Kontrollverlust gegenüber. Sie blieben misstrauisch, zumindest vorsichtig, aus der Sorge heraus, erneut enttäuscht, verlassen oder gar misshandelt zu werden. Diese ambivalenten „Beziehungstänze“ lösten in mir manchmal das Gefühl aus, als wollten sie nochmals durch mich geboren werden. Die Kinder schienen erfüllt von dem Bestreben, ihr Leben vor dem Zeitpunkt der Unterbringung aus ihrer Lebenslandkarte zu streichen. Auch dafür gab es keine Sprache oder eine sonstige Verständigung. Es war atmosphärisch vorhanden.

Meine Psyche war zu dieser Zeit angespannt und besonders gefühlsaktiv. Ich schwankte zwischen Betroffenheit, mitfühlendem Verständnis, Impulsen sie retten zu wollen, Abwehr, Ärger, Wut und gruseligen Fantasien. Mein Innenleben befand sich an manchen Tagen in Aufruhr. Das war schwer auszuhalten. Meine Gedanken- und Gefühlsresonanzen waren mir selbst eine Zeit lang unverständlich. Ich konnte mich gar nicht verstehen, wenn Ängste, Verwirrung, Wut, Müdigkeit, aber auch Verzweiflung nach mir griffen und mein professionelles Handeln erschwerten. Wir lebten ja immer zusammen und niemand kann 24 Stunden am Stück professionell sein. Hier lernte ich, dass man bei der Arbeit mit traumatisierten jungen Menschen immer einer besonderen Belastung ausgesetzt ist. Man ist eingebunden in ein gegenseitiges projektives Geschehen, bei dem eigene archaische Ängste oder Wutgefühle mobilisiert werden können. Es kann zu einer Opfer- und/oder Täteridentifizierung kommen. Nur das Wissen um die traumaspezifischen Übertragungs- und

Gegenübertragungsprozesse ermöglicht eine sorgfältige Reflexion. Diese ist notwendig, damit man die Beziehungsgestaltung und Kommunikation mit den jungen Menschen förderlich lenken kann.

Nach etwa fünf Monaten entspannte sich der Familienalltag etwas. Wir hatten die nötigen, Sicherheit gebenden, Alltagsstrukturen gefunden und ein Teil der anfänglichen Symptome wie zum Beispiel Einnässen und Einkoten, Unruhezustände, Schlafstörungen, Nachtangst, erhöhte Angstbereitschaft, auch Weglaufen, sind weniger geworden. Dennoch war es erheblich schwerer, als ich es mir vorgestellt hatte. Mir wurde mit der Zeit deutlich bewusst, ein gutes stabiles Zuhause, eine leibliche, emotionale und kognitive Grundversorgung, das Angebot einer zuverlässigen, Halt und Orientierung gebenden Beziehung reichen nicht aus, um die seelischen Wunden traumatisierter junger Menschen zu heilen. Rein erzieherisch auf die Verhaltensweisen der Kinder einzuwirken, erfasst nicht den Kern ihrer seelischen Notlagen. Ein Teil ihres Selbst bleibt dabei immer außen vor bzw. ist nicht erreichbar - das spürte ich täglich.

Alle bei uns lebenden Kinder und Jugendlichen kamen aus Familien, die sie im Kleinkindalter anhaltend vernachlässigt hatten. Zwei wurden von einem Elternteil misshandelt und sexuell missbraucht. Darüber sprachen sie nicht. Überhaupt erzählten sie nur ganz selten von sich und ihren Familien. Wenn sie sich doch äußerten, dann in einer Art und Weise, in der sie ihre Eltern idealisierten. Sie waren loyal und treu. Sie waren gute Kinder. Sie begingen keinen „Verrat“. Sie besaßen keinen Zugang zu ihrem eigenen Leiden, sie waren davon abgespalten. Ich spürte ihre Not, ihr Mißtrauen, ihre tiefen Lebensängste, und versorgte sie haltgebend. Oft fragte ich mich, wie ich mit Ihnen umgehen sollte? Wie erreichte ich sie emotional? Was war zu tun, damit die Anspannung und die Übererregung, die von ihnen ausgingen, nachließen? Über welche Themen konnte, sollte ich über-



Gertraud Enamaria Weber-Boch

Dipl. Sozialarbeiterin, systemische Familientherapeutin, Entspannungslehrerin. Sie hat ein Magisterstudium in Literaturwissenschaften, Psychologie und Pädagogik absolviert.

G. Enamaria Weber-Boch ist seit 1982 in der Kinder- und Jugendhilfe tätig. Als Gründerin und Trägerin von Jugendhilfeeinrichtungen, als Einrichtungsleiterin, als systempädagogische Fachberaterin, Fallaufstellerin, und in der Fort- und Weiterbildung.

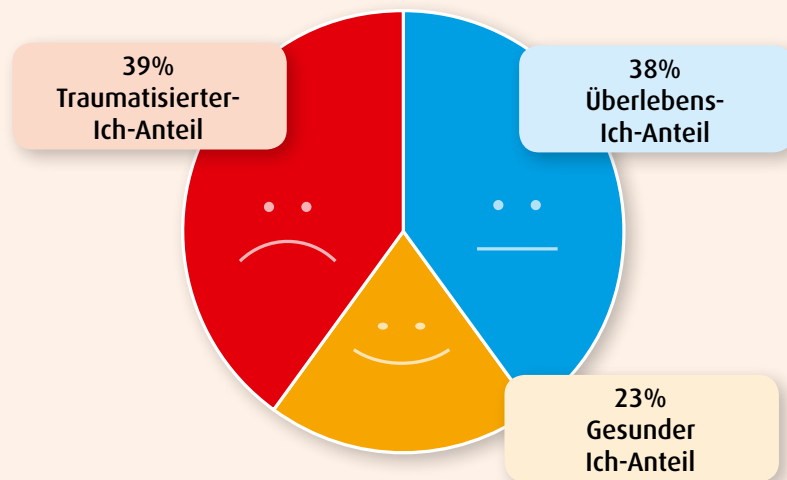
Sie ist Expertin für familiäre Fremderziehung und hat für diesen Bereich das Konzept M2FAM® entwickelt.

Seit 2011 publiziert sie Fachbücher und entwickelt Methoden und Materialien für Sozialpädagogik, Beratung, Coaching und Therapie.

Oft ist es schwierig, mit der psychischen Spaltung der Mädchen und Jungen, und ihren inhomogenen Verhaltensweisen, umzugehen. Soziale Fachkräfte stehen hier vor großen Herausforderungen.

Die Traumamethode „Begegnungen mit Trauma und Heilung“ ist ein Instrumentarium, das es sozialen Fachkräften ermöglicht, sich anhand von 105 Verhaltensbeobachtungen feinfühlig auf die psychische Spaltung eines traumatisierten jungen Menschen einzustimmen und ein Trauma-Diagramm zu erstellen.

Das Trauma-Diagramm eines 11-jährigen Kindes



Aus dem Trauma-Diagramm werden die nötigen sozialpädagogischen Rahmenbedingungen zur Traumabearbeitung abgeleitet.



So zeigt sich der traumatisierte Ich-Anteil des Kindes

- Das Kind fühlt sich schnell emotional angegriffen und reagiert verletzt
- Das Kind fühlt sich schnell erregt und hilflos
- Das Kind fühlt sich schnell ausgeliefert, überfordert und/oder überwältigt
- Das Kind zeigt ein eingeschränktes Schmerzempfinden



So zeigt sich der Überlebens-Ich-Anteil des Kindes

- Das Kind verhält sich ausgesprochen misstrauisch – vermeidet Kontakt und Beziehung
- Das Kind schützt sich durch ständige Aktivitäten und vermeidet es zur Ruhe zu kommen
- Das Kind richtet seine Aggressionen in destruktiver Form gegen Personen und Gegenstände
- Das Kind sucht beständig nach Aufmerksamkeit – möchte gerne im Mittelpunkt stehen



So zeigt sich der gesunde Ich-Anteil des Kindes

- Das Kind besitzt Grundvertrauen in das Leben und in die Personen
- Das Kind möchte Beziehung und Bindungen eingehen
- Das Kind verfügt über die Fähigkeit, eigene Wünsche und Bedürfnisse in den Alltag einzubringen
- Das Kind zeigt das Bedürfnis, vergangene Erfahrungen verstehen zu wollen

In dem Arbeitsbuch zur Traumamethode „Begegnungen mit Trauma und Heilung“ finden Sie das Wissen und die Grundlagen, wie Sie die betroffenen Mädchen und Jungen darin unterstützen, sich selbst zu verstehen, die psychische Spaltung zu erkennen, das Trauma zu realisieren und zu integrieren.

Kooperieren Sie mit dem Überlebens-Ich-Anteil, bestätigen Sie die schlimmen Erfahrungen des traumatisierten Ich-Anteils, und stärken Sie das gesunde Selbst (Ich) des Kindes.

Zeigen Sie dem jungen Menschen Wege zur Selbstregulation, zur Selbstwirksamkeit und zu einem gesunden Selbstbewusstsein auf.

Nutzen Sie die Traumamethode für Fallberatung, Fachberatung, Teamberatung, Elternberatung und für die Darlegungen beim Kosten- und Entscheidungsträger.



Preis: € 49,80

ISBN 978-3-9816922-5-9

Edition
Bukama

VERLAG FÜR SYSTEMISCHE
UND PÄDAGOGISCHE ARBEIT