

# Schweizer Heilpädagogik-Kongress 2011

Wann ist auffälliges  
Verhalten nicht mehr tragbar?  
Erklären, Verstehen, Handeln

# Liebe Mit-Menschen

Herzliche Begrüßung zu meinem Referat

Bitte:

Fragen: Verständnis (Akustik und Bedeutung) sofort  
Tiefere / weitere Fragen bitte notieren und am Schluss  
je nach Zeit

Danke!

# Isabelle Villiger

- Psychologin / Psychotherapeutin SBAP
- Leiterin der Stabsstelle Prävention und Krisenintervention in der Stiftung Züriwerk
- [isabelle.villiger@bluewin.ch](mailto:isabelle.villiger@bluewin.ch)
- Hierbei verstand ich vieles neu und anders durch Kenntnisse der Psychotraumatologie und sehr frühen Entwicklungspsychologie – und kann (nicht immer, oft!) neue Wege bahnen

Verhaltensauffälligkeit  
als  
„chronofizierte“  
traumatische  
Erfahrung

erklären – verstehen – NEU handeln

# Eine Stunde Referat als „Samen“ zu

- Grundmechanismus Trauma und dessen Folgen begreifbar machen
- Verstehbarkeit von irrational erscheinendem Verhalten vergrössern, Zusammenhänge erkennen und neuen Sinn entdecken
- Würdigung der Alltagsarbeit
- Erweitern von Ressourcen und Kompetenzen
- Neu Fragen und neu Antworten





# Trauma

- Ein Weg um zu verstehen, wie wir bedrohliche Situationen überleben
- Wie daraus ein Trauma entstehen kann
- Und wie sich dies als posttraumatische Belastungsstörung chronifizieren kann
- Wie dies Grundlage verschiedenster Störungen sein kann
- Zentraler Begriff: Gesunder Kern (universelles, non-duales Zentrum )

# Häufigkeit bei Menschen mit geistiger Behinderung

- Stark erhöhte Wahrscheinlichkeit, Traumata zu erleben (ca 80%)
  - Häufig fehlen in der frühen Lebensgeschichte emotional genügend stabile, auf die besonderen Bedürfnisse abgestimmte Beziehungen und es besteht eine erhöhte Wahrscheinlichkeit,
  - Grösseres Risiko, von (struktureller) Gewalt oder Missbrauch betroffen zu werden.
  - In den gesellschaftlichen Kontexten führt soziale Ausgrenzung von Menschen mit Behinderung zu einem mangelhaften Erleben von Menschlichkeit und Zugehörigkeit.
- Und stark erhöhte Wahrscheinlichkeit für Folgestörungen
- Die geistige Behinderung an sich bedeutet eine andere /geschwächte Reizverarbeitung und eine entsprechend verminderte Erfahrung von Selbstwirksamkeit.



# Wechselwirkung geistige Behinderung und Trauma

- Gegenseitige Verstärkung positiv, wenn angemessene Begleitung gefunden werden kann
  - Beispiel: Eine Frau, die nicht rechnen können „durfte“, da ihre verstorbene Mutter es auch nicht konnte, „darf“ nun rechnen können
- Gegenseitige Verstärkung (negativ)
  - Beispiel: Ein Mann, der Schwieriges sehr abspaltet von sich als Lösungsversuch – System angesteckt, Arbeits- und Wohnbereich zerstreiten muss, raufen sich am Schluss zusammen und verbünden sich gegen den Mann mittels Kündigung

# Verstehen

- Damit ich eine Verletzung heilen kann, sehe ich sie mir an und verstehe sie.
- Auf verschiedenen Ebenen möglich:
  - Bewusstes Mitfühlen
  - Somatisches Verstehen
  - Neurobiologisches verstehen
  - Psychosoziales Verstehen
  - Sinn-verstehen / Spiritualität



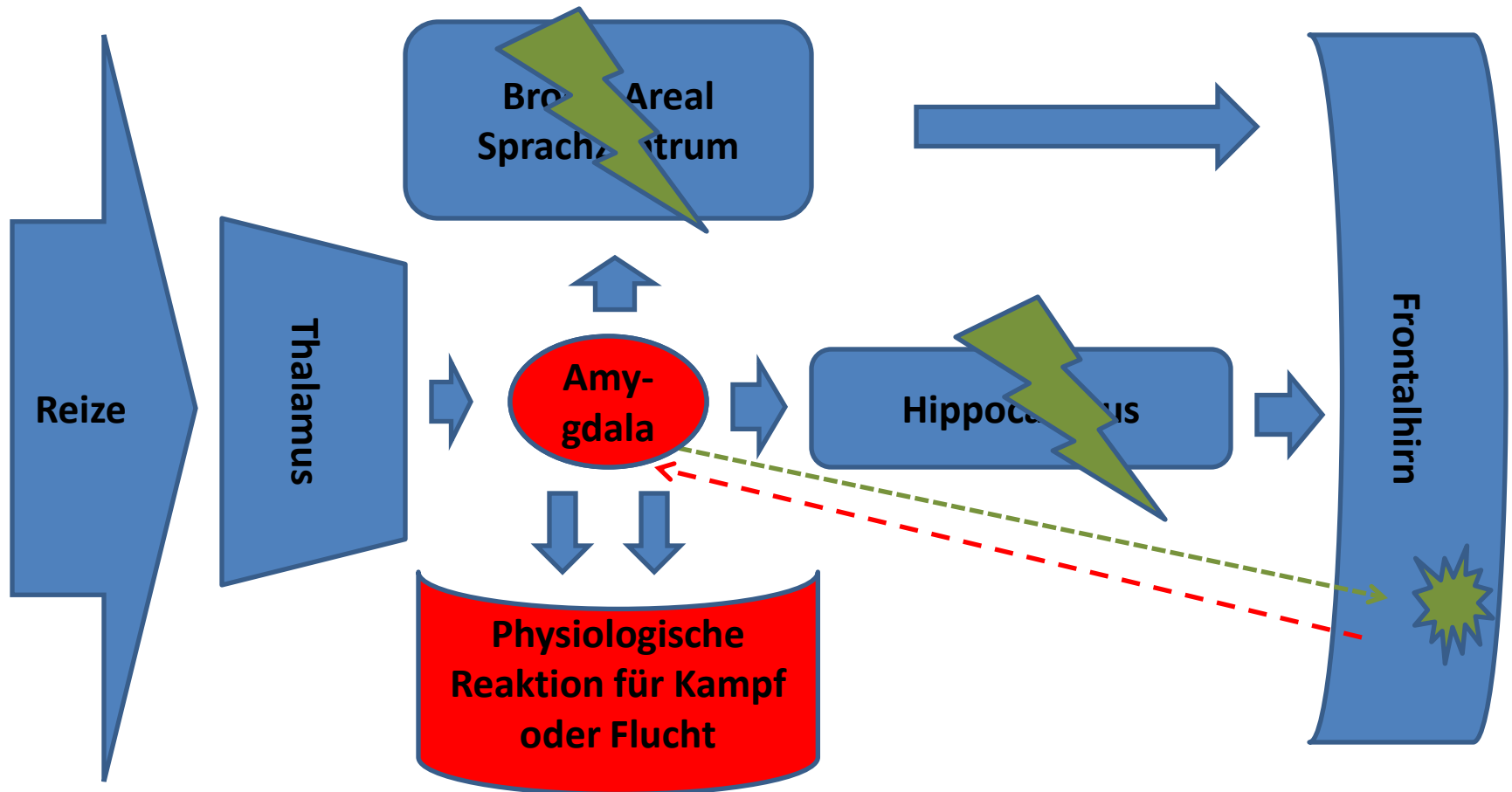
# Was braucht es, um ganz schnell reagieren zu können?

- Sofortige Meldung:  
Thalamus sendet  
Sinnesreize an  
Amygdala / Mandelkern  
(= Feuerwehr)
- Keine Zeit fürs Denken,  
Wahrnehmen von  
Farben, Strukturieren:  
Ziel ist Sicherung der  
Existenz



# Neurobiologische Folgen

(vgl. Menghini, 2009)



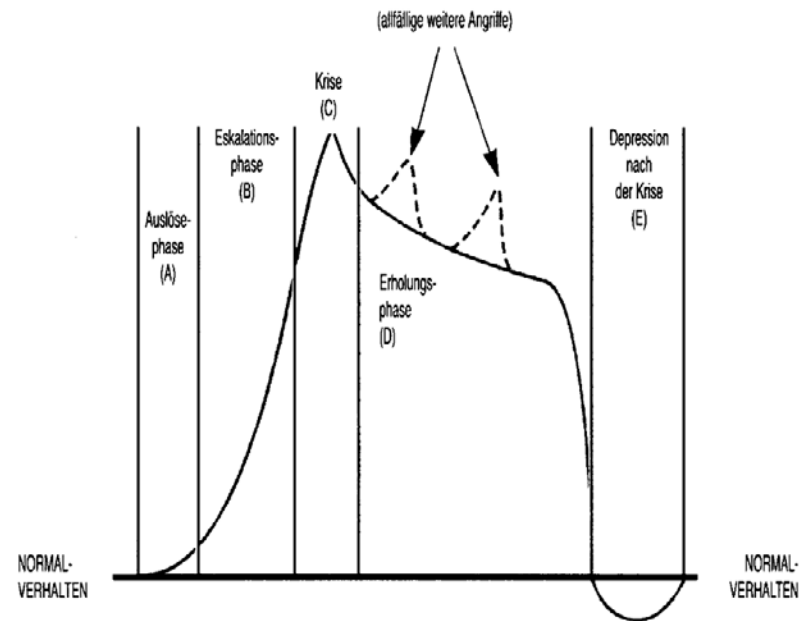
# Gesunde akute Belastungsreaktion

- Lebensrettend
- Ergibt im Organismus:

↑ Übererregung (bis Panik) um reagieren zu können

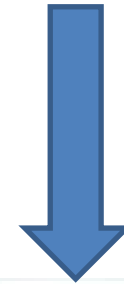
anschliessend

↓ Energieabfall, Erschöpfung (bis Depression)

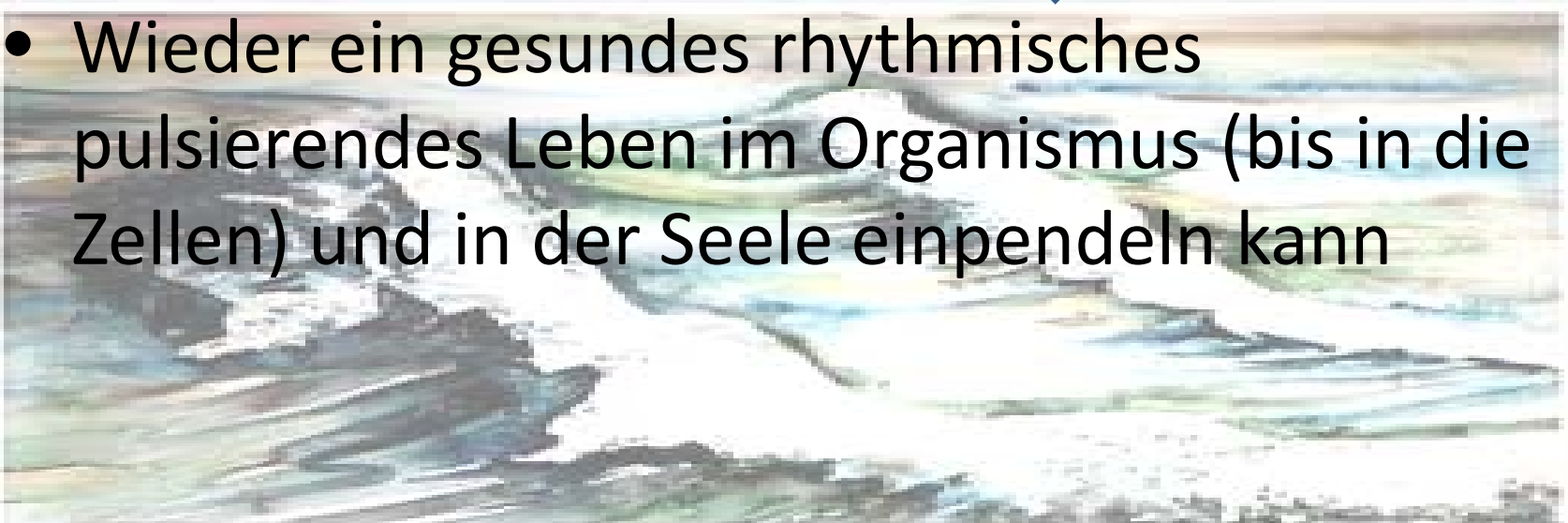


# Was braucht es nach einer akuten Belastung?

- Ähnlich wie nach einer heftigen Grippe:  
Rekonvaleszenzzeit, Sicherheit, Beziehung
- sodass sich aus Stress und Erschöpfung



- Wieder ein gesundes rhythmisches pulsierendes Leben im Organismus (bis in die Zellen) und in der Seele einpendeln kann



# Integrität

...auf geistiger, seelischer, körperlicher und sozialer Ebene..

wieder hergestellt und zugleich neu erwacht





# Wenn dies nicht möglich ist

- Und Menschen wählen stets ihre *subjektiv* beste Möglichkeit zu leben
- Entsteht das, was wir ein Trauma nennen

# Definitionen

## Trauma

Als Trauma wird ein Ereignis definiert, das für eine Person eine intensive Bedrohung des eigenen Lebens, der Gesundheit, der körperlichen und oder seelischen Integrität darstellt und Gefühle von Horror, Schrecken und Hilflosigkeit auslöst. Ein psychisches Trauma bewirkt eine massive Erschütterung des Selbst-, Beziehungs- und Weltverständnisses.

Äußeres stressreiches Ereignis



Konsequenz: FREEZE und FRAGMENT

# Traumatische Lösungswege: Fragment

- Fragmentieren: die Einzelteile der Erfahrung bis hin zu Integrität zerstückeln, da das Ganze nicht fassbar ist
- Konsequenz: Dissoziation / Depersonalisation



# Heilmittel bei Fragmentierung



- Ganz bleiben selber („etwas anstecken lassen von der Fragmentierung – diese „heilen““)
- Ganz bleiben im Team – unterschiedliche Aspekte respektieren des „Teamkörpers“ ohne zu zersplittern
- Ganz bleiben: Denken UND fühlen dürfen
- Etc....

# Traumatische Lösungswege: Freeze

- Einfrieren: Die Erfahrung wird „eingefroren“ bis hin zur Lebendigkeit, die eingefroren wird



# Heilmittel bei „Freeze“



- Aufatmen lassen
- In der Begleitung nicht ZU warm, sonst schmilzt er/sie (Regression)
- In der Begleitung nicht ZU viel Druck, sonst bleibt „Konsistenz“ zusammengedrückt
- Vertrauen in Selbstwirksamkeit lebendig halten – Genesen lassen (Selbstheilungskräfte jedes Menschen wirken lassen)

# Zeit und Raum

- 3 Monate, bis sich die traumatische Reaktion lösen kann, indem es wieder eine ganze Geschichte und ein ganzes Selbst gibt
- Und das Leben wieder ein- und ausatmet in seinem Rhythmus, „enteist“





# Posttraumatische Belastungsstörung = „Chronifizierung“ der Traumareaktion

...und der Grossteil der Persönlichkeitsstörungen kann damit verstanden werden...

(Ausrüstung im Notfall / Spezialfall auf Alltag übertragen)



# Ereignisfaktoren

- Früh: Je näher bei der Zeugung umso lebensbedrohlicher
- Nähe:
  - Bezugsperson, welche für Tat verantwortlich ist:  
Sozial – seelisch
  - Körperlich nahe: Körper – Seele
- Stärke
- Dauer

# Wahrnehmung ist heilsam

Ein Gegenüber,  
welches die subjektive Bedeutung dieser  
traumatischen Erfahrung (und ihren Folgen)  
wahrnimmt

und dabei integer bleibt

Empathisch aufnimmt, in sich beantwortet und diese Antwort zurückschenkt

wirkt in dieser Integrität  
zu jeder Zeit heilsam

# Retraumatisierung

- Retraumatisierung bedeutet das Wiedererleben (gedanklich und/ oder physiologisch und/oder emotional) eines traumatischen Ereignisses oder traumatischer Lebensbedingungen. Dieses Wiedererleben wird oft durch äussere oder innere Schlüsselreize (Trigger, wie z.B Geruch, Worte, Stimmungen, Personen etc.) aktiviert.

# Psychosoziale Verhaltensauffälligkeit

- Der „Hass“ des Täters / der Täterin bleibt als seelisch-soziales Gift
  - Gegen sich selbst mit sekundärer Wirkung nach aussen: Minderwert, Schuld, Scham etc.
    - Selbst - Wert erfahren lassen wichtig
  - Gegen die „anderen“ mit sekundärer Wirkung gegen sich selbst: Die „Welt“ wird zum Feind
    - Grenzen erfahren lassen wichtig

# Heilungsprozess

vom „entweder – oder“ zum „sowohl – als auch“



Ich bin sowohl ein Mensch mit Stärken wie mit  
Schwächen

Kann verletzlich und verletzend sein

# Inklusion

Jeder Mensch hat ein heiles Zentrum  
Von dem ausgehend er/sie wachsen kann



# Literatur

- Herman, Judith L.: *Die Narben der Gewalt. Traumatische Erfahrungen verstehen und überwinden* (2002)
- Huber, Michaela: *Trauma und Traumabehandlung. Trauma und die Folgen, Teil 1 & 2* (2003)
- Levine, Peter A. / Synthesis, Ann Frederick: *Trauma-Heilung* (1998)
- Reddemann, Luise / Dehner-Rau, C. *Trauma: Ungelöste Folgen erkennen, überwinden und an ihnen wachsen* (2004)
- Rothschild, Babette: *Der Körper erinnert sich. Die Psychophysiologie des Trauma und der Traumabehandlung* (2002)
- [http://www.fokusfortbildung.de/kongresse.php?WEBYEP\\_DI=4](http://www.fokusfortbildung.de/kongresse.php?WEBYEP_DI=4)