

caritas

Danach ist nichts mehr wie es war

-Traumatische Erlebnisse und ihre Folgen-

Dipl.Psych. Claudia Radermacher-Lamberty

Caritas Familienberatung

Reumontstraße 7a

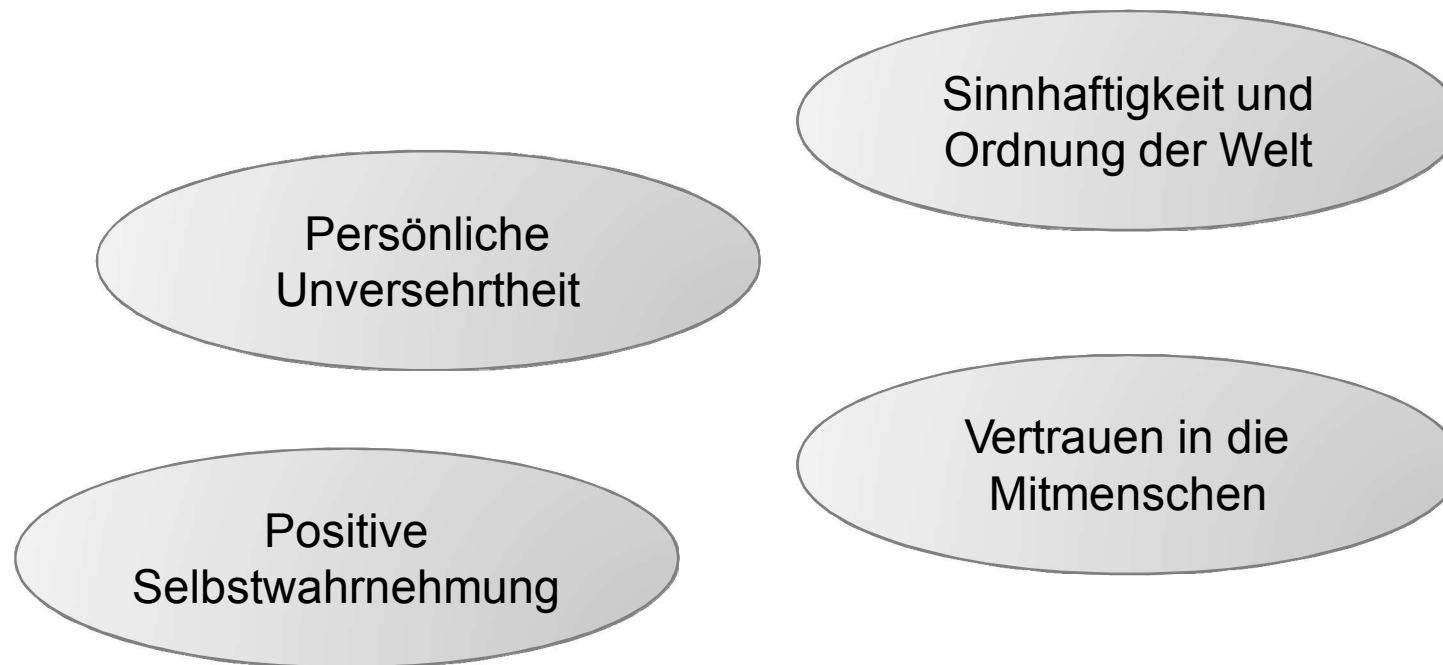
52064 Aachen

Tel.: 0241 /3 39 53



Auswirkungen auf das Selbst und die Sicht der Welt

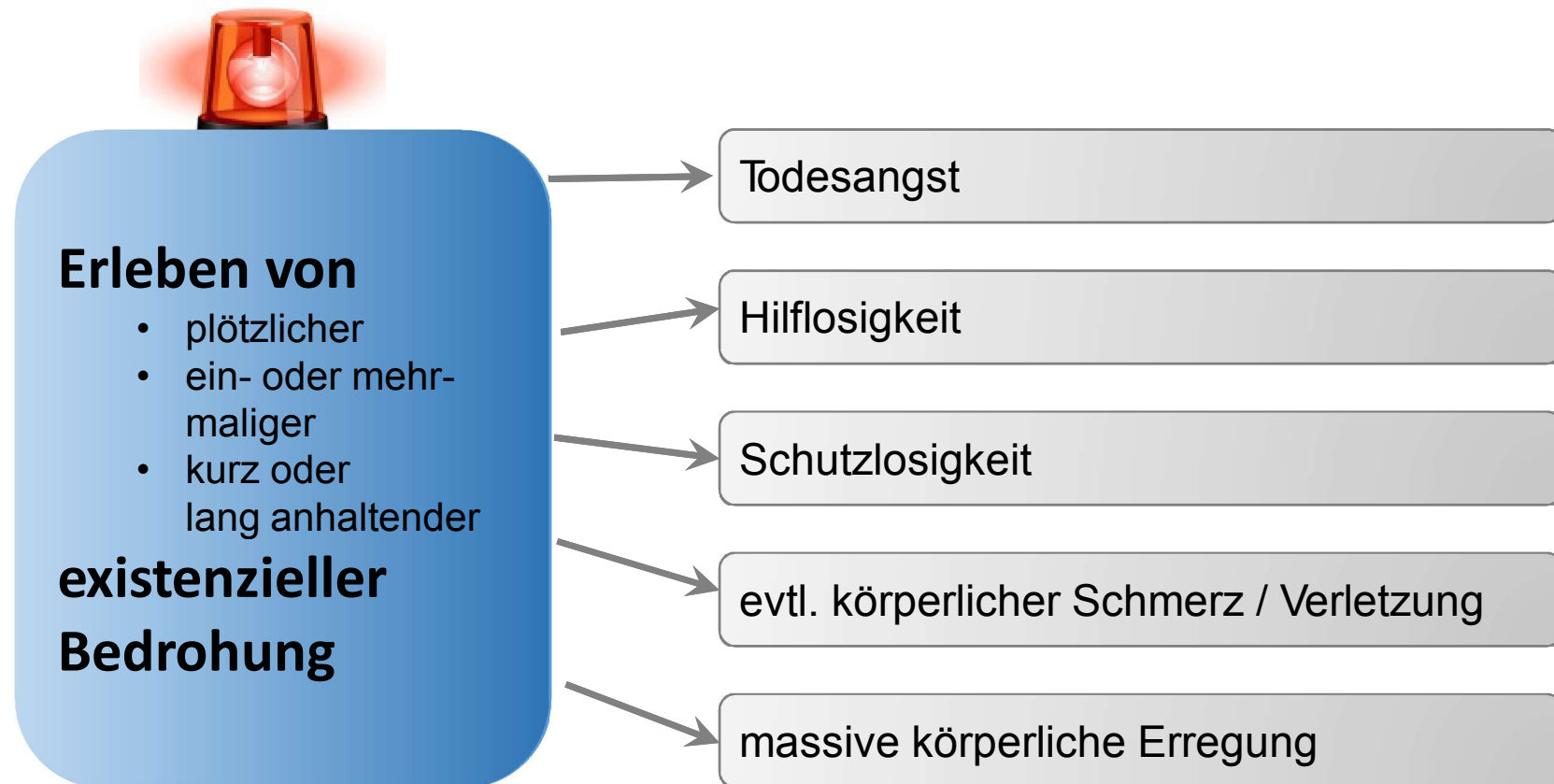
Illusion von Sicherheit wird geraubt und erschüttert:



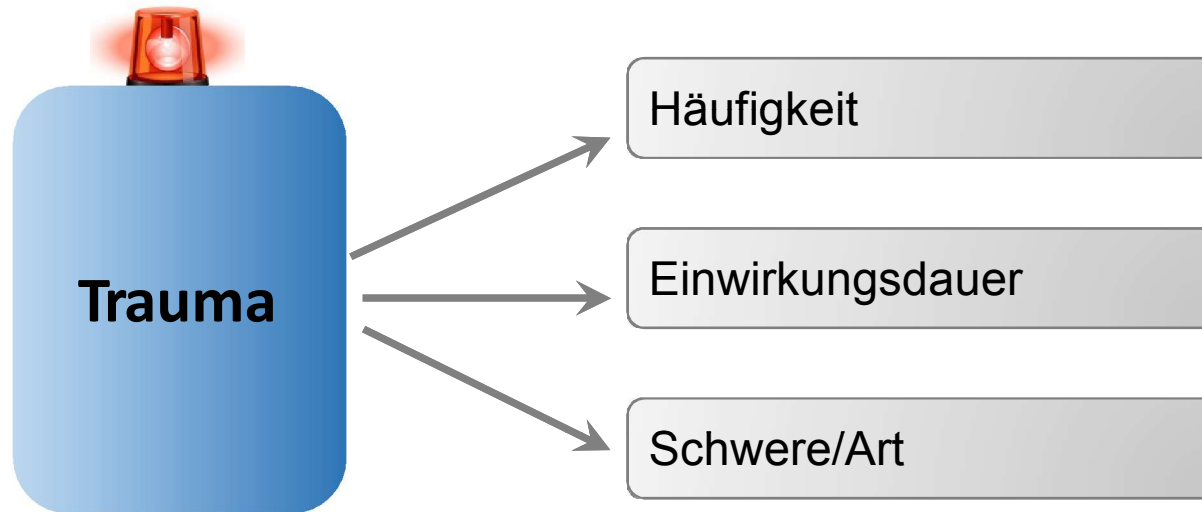
Gliederung

1. Definition von Trauma
2. Trauma-Auslöser
3. Reaktionen während des Traumas
4. Neurobiologische Erklärungen
5. Trauma-Symptome und langfristige Folgen
6. Einflussfaktoren
7. Resilienz
8. Zentrale Bedürfnisse
9. Prävention sekundärer Traumatisierung

Definition Trauma



Trauma-Typen



Trauma-Typen



„T“-Trauma (selbst erlebt oder als Zeuge)

- **Naturkatastrophen**
-
-

Naturkatastrophen



T



06.05.2015

© Copyright Dipl.Psych. C.Radermacher-Lamberty

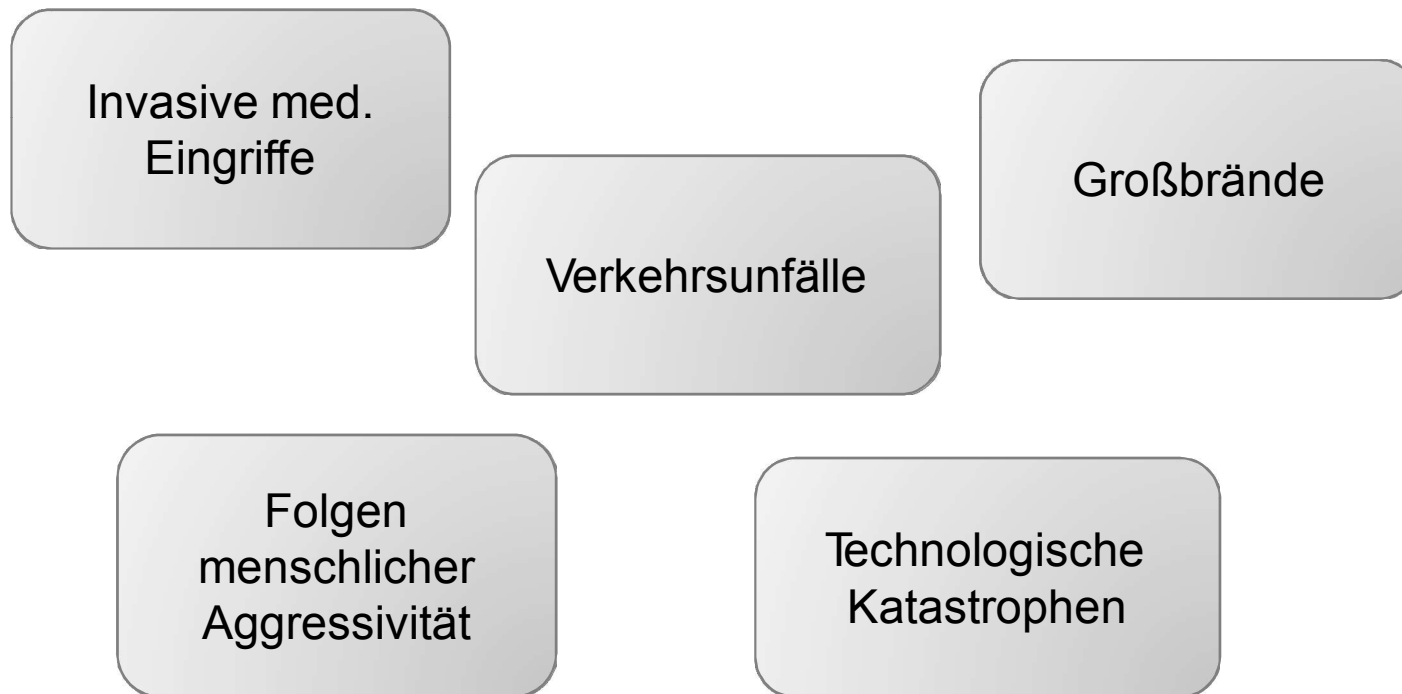
Trauma-Typen



„T“-Trauma (selbst erlebt oder als Zeuge)

- **Naturkatastrophen**
- **Von Menschen hervorgerufene Katastrophen**
-

Von Menschen hervorgerufene Katastrophen



Trauma-Typen



„T“-Trauma (selbst erlebt oder als Zeuge)

- Naturkatastrophen
- Von Menschen hervorgerufene Katastrophen
- Katastrophen innerhalb der Familie

Katastrophen innerhalb der Familie



Vernachlässigung

Körperliche Gewalt

Zeuge von Gewalt

Plötzliche Verluste

Sexuelle Gewalt

Schwere Erkrankungen/
Tod

Psychische Gewalt

Massive Deprivation

Trauma-Typen



„t“-Trauma (emotionale Schocksituationen)

- Erschrecken
- Demütigungen
- große Peinlichkeit / Scham
- Hilflosigkeit

Überlebensreaktionen/ Schutzmechanismen



**Natürliche
Überlebensreaktionen**



**Reaktionen bei
traumatischen
Situationen**

Natürliche Überlebensreaktionen



Kampf

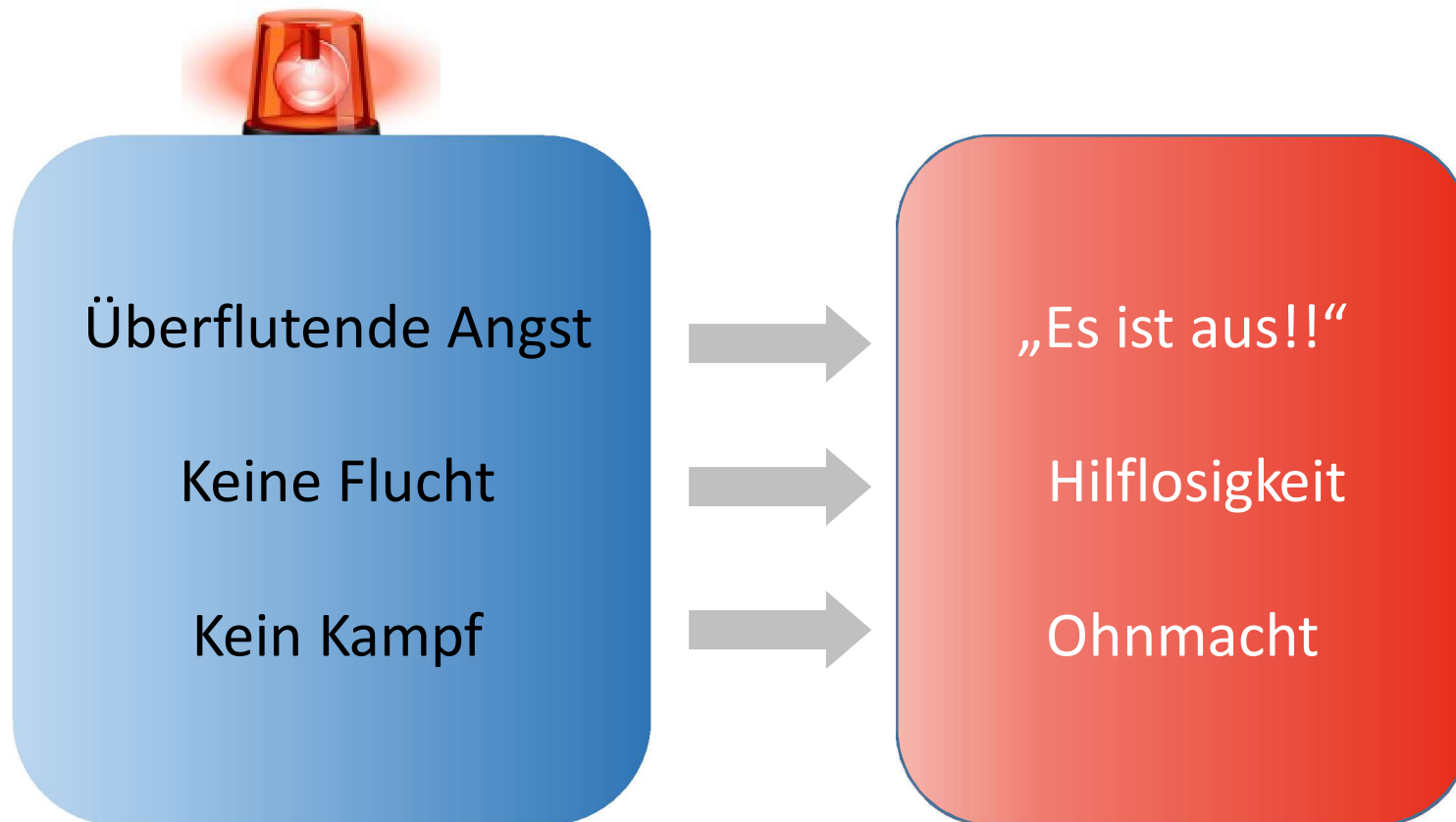


Flucht

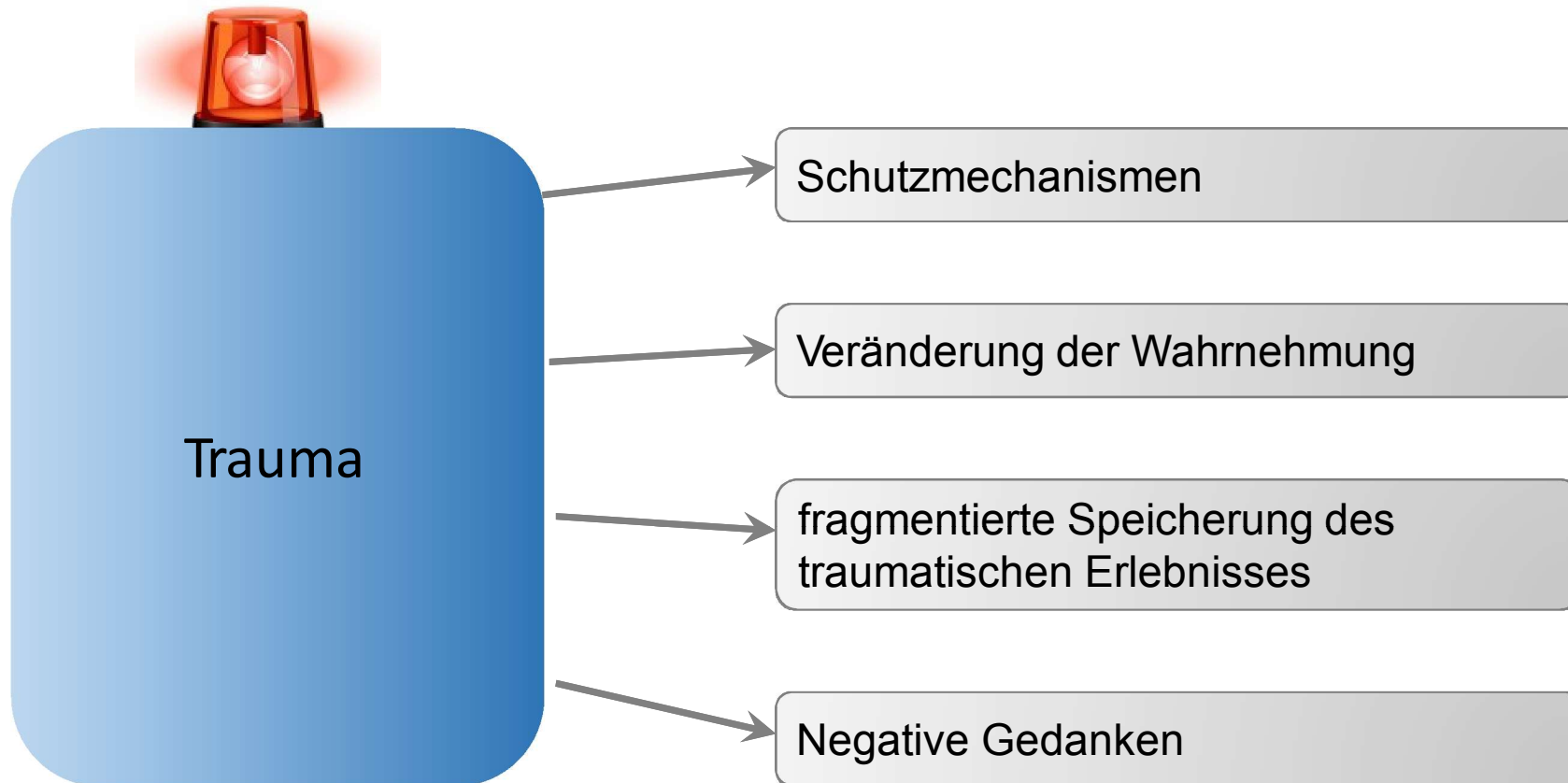


**Erstarren/ totale
Unterwerfung**

Reaktionen bei traumatischen Situationen



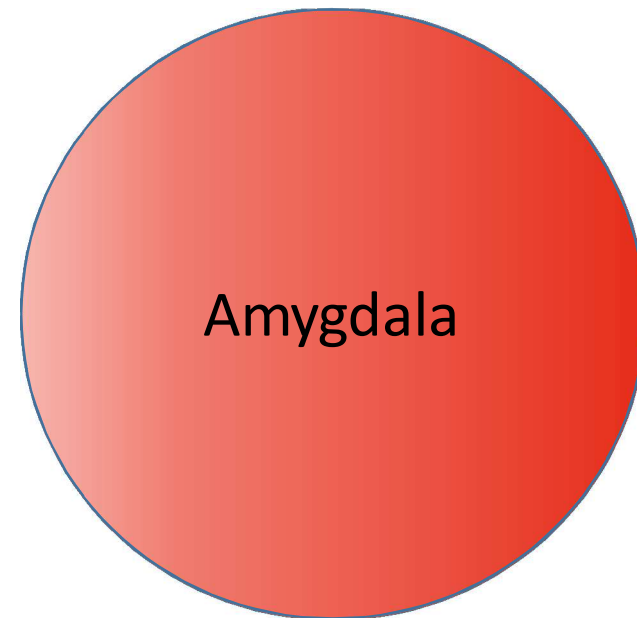
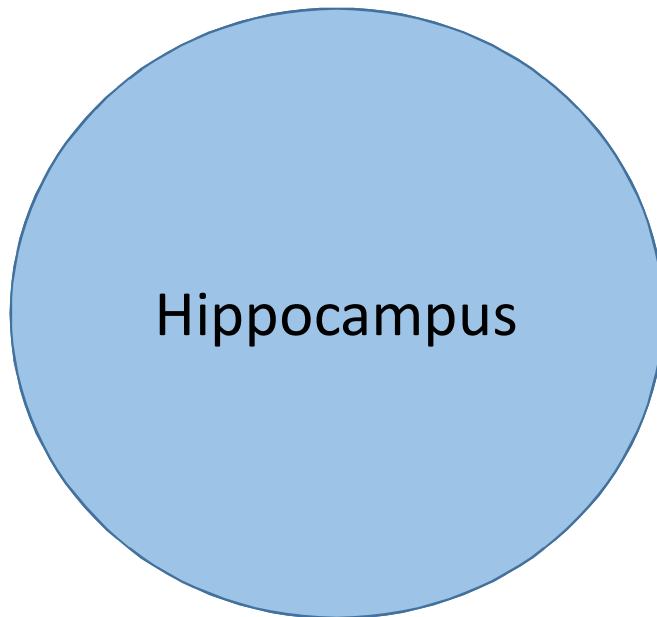
Reaktionen während des Traumas



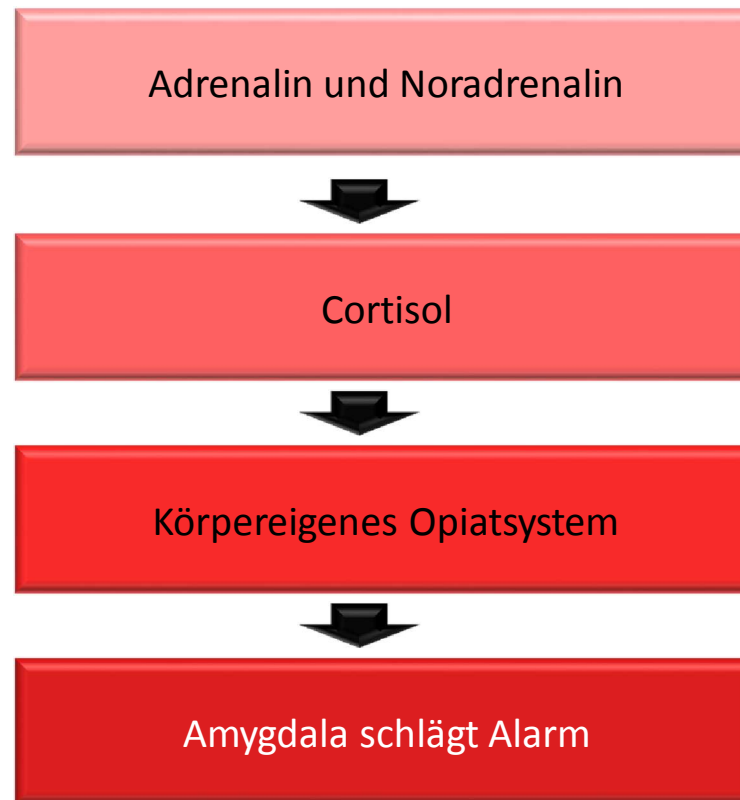
Stressverarbeitung im Gehirn



2 Subsysteme für die Stressverarbeitung im Gehirn

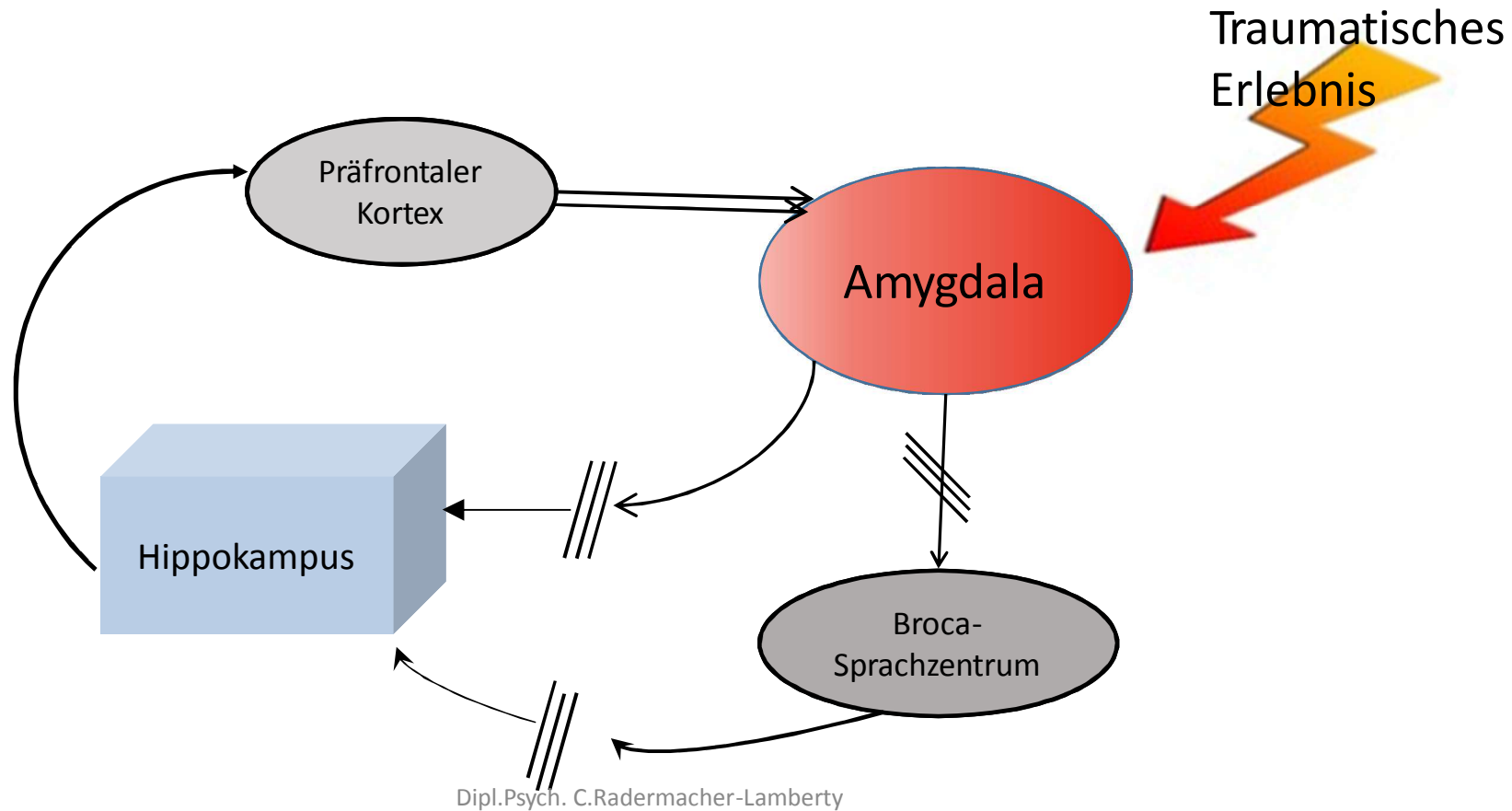


Auswirkungen von Traumata auf das Gehirn



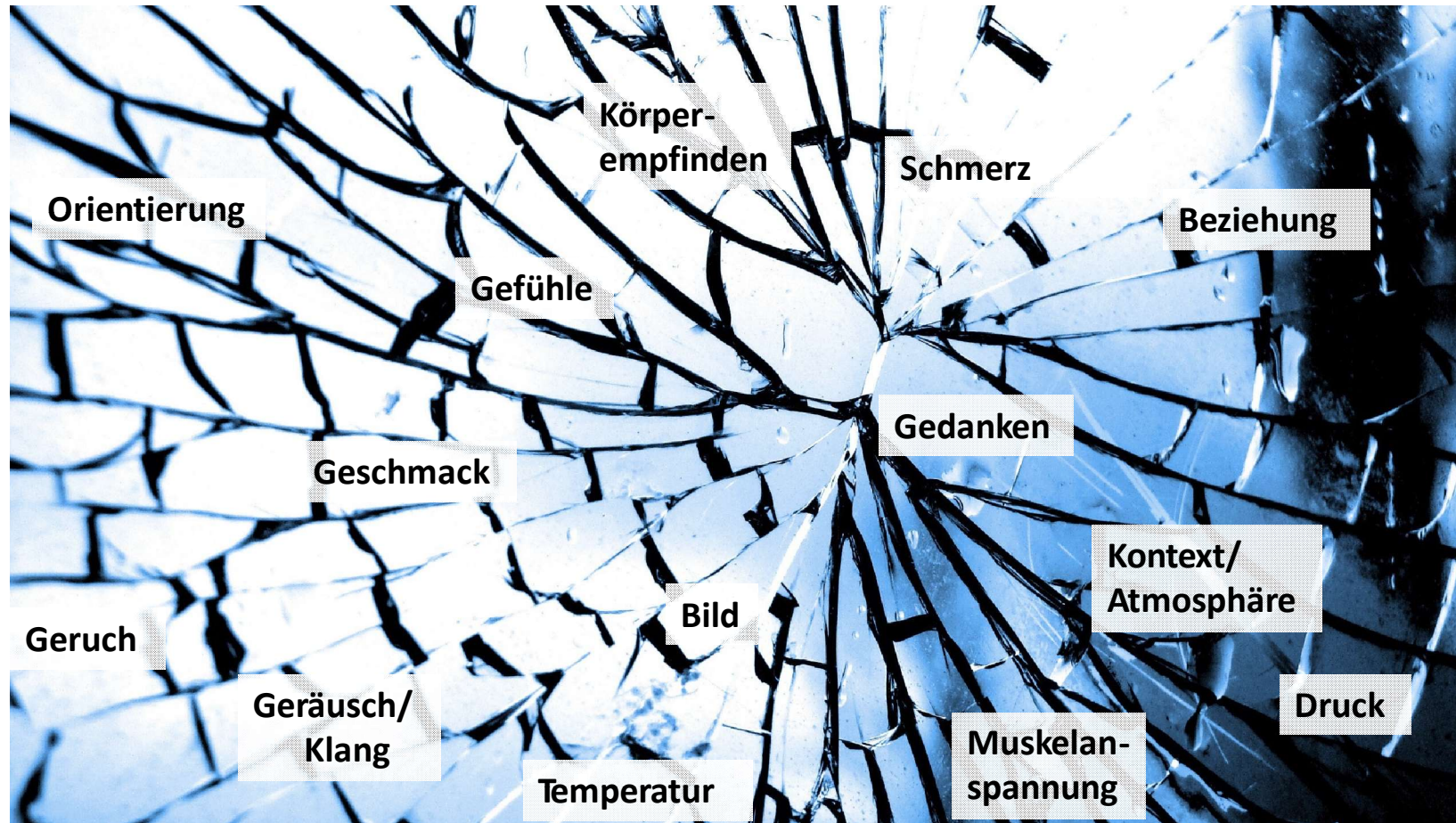


Auswirkungen auf das Gehirn





Fragmentierte Speicherung



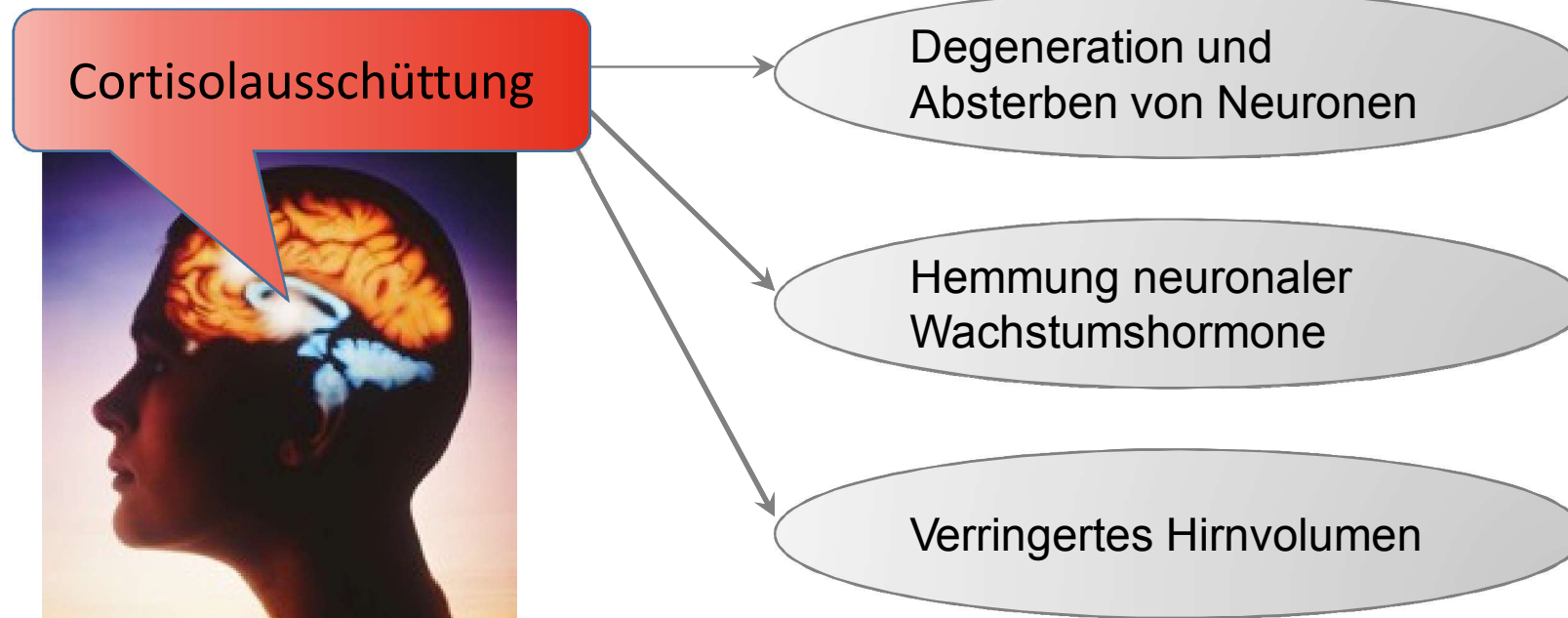
Verschiedene Arten der Erinnerung



Explizites
Gedächtnis

Implizites
Gedächtnis

Neurobiolog. Veränderungen bei Kindern



Trauma-Symptome



Zeitliche Zuordnung:



- akut
- chronisch (PTSB)
- verzögerter Beginn

Trauma-Symptome

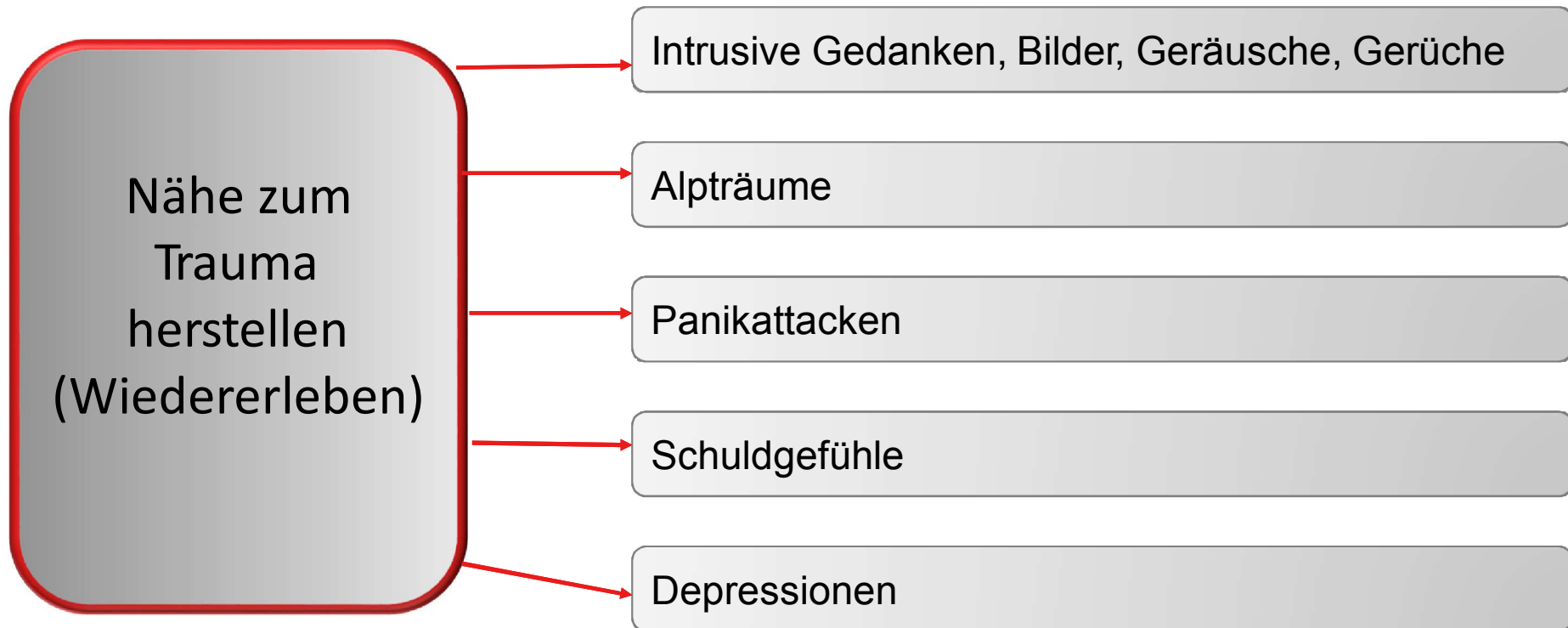


Nähe zum
Trauma
herstellen
(Wiedererleben)

Nähe zum
Trauma
vermeiden

Physiologische
Reaktionen
(Übererregung)

Trauma-Symptome



Trauma-Symptome

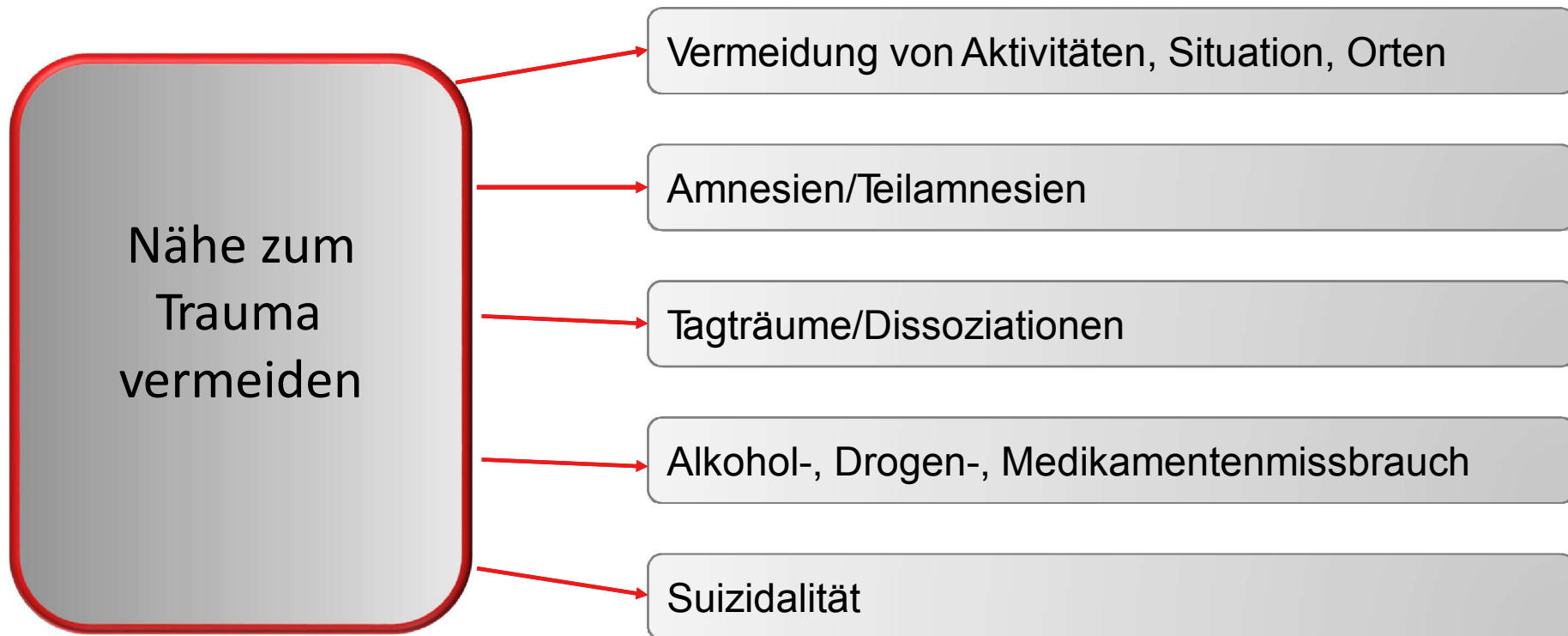


Nähe zum
Trauma
herstellen
(Wiedererleben)

Nähe zum
Trauma
vermeiden

Physiologische
Reaktionen
(Übererregung)

Trauma-Symptome



Trauma-Symptome

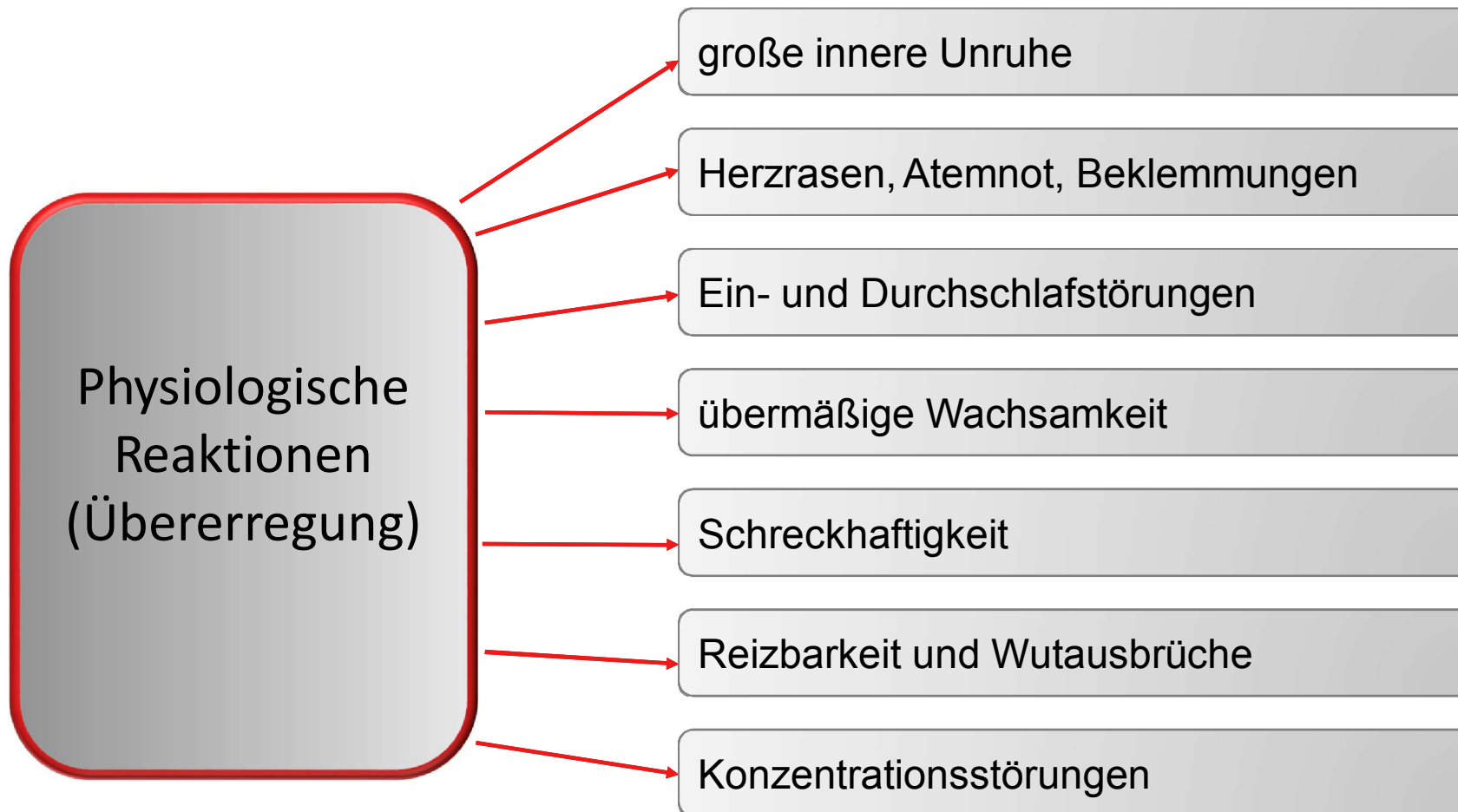


Nähe zum
Trauma
herstellen
(Wiedererleben)

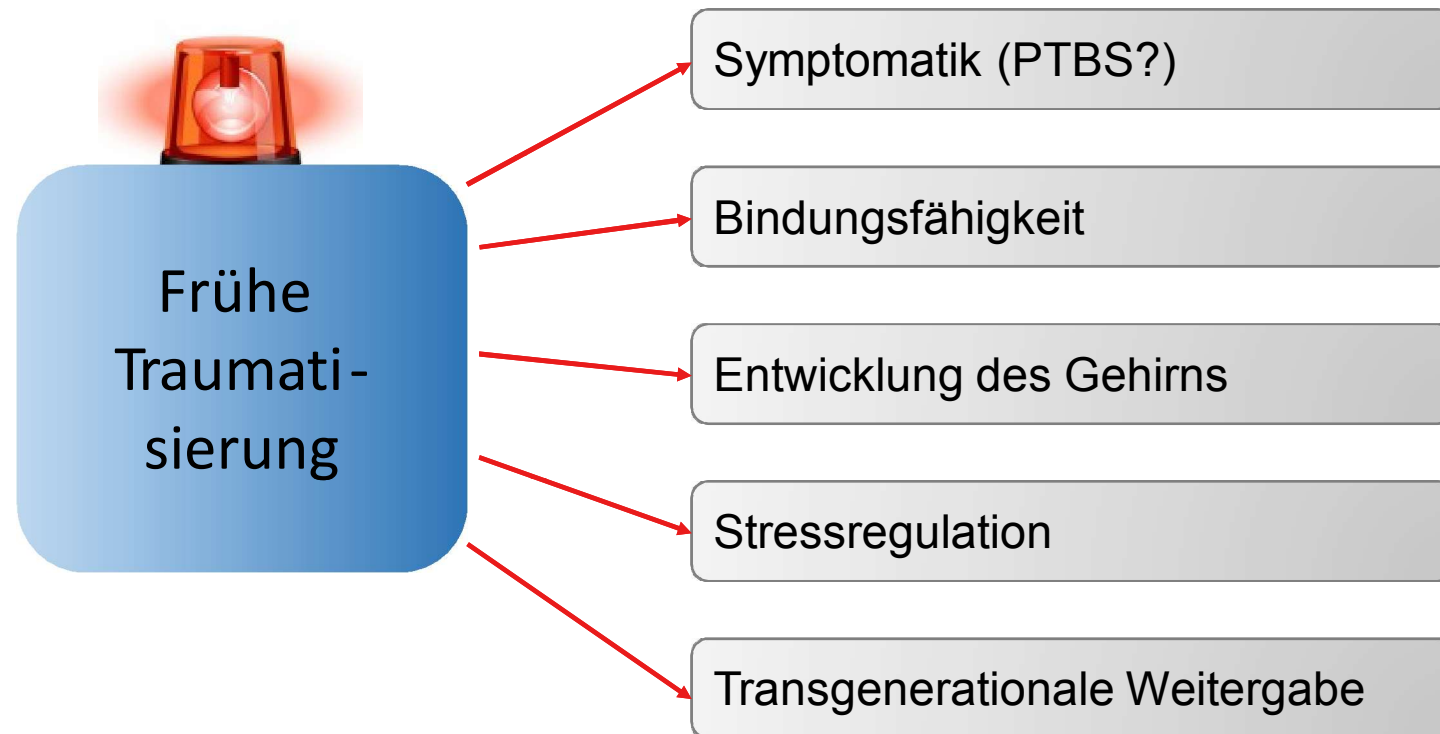
Nähe zum
Trauma
vermeiden

Physiologische
Reaktionen
(Übererregung)

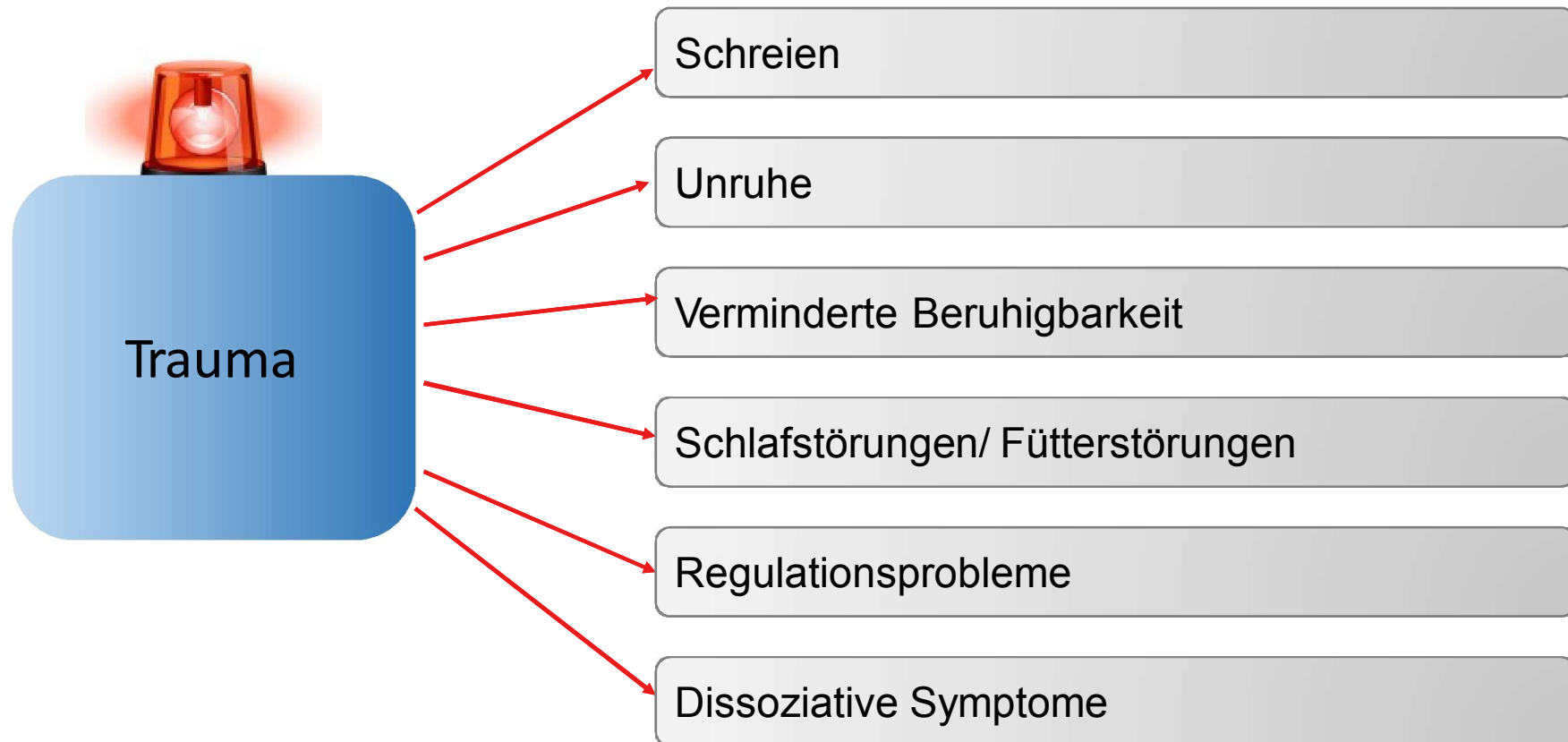
Trauma-Symptome



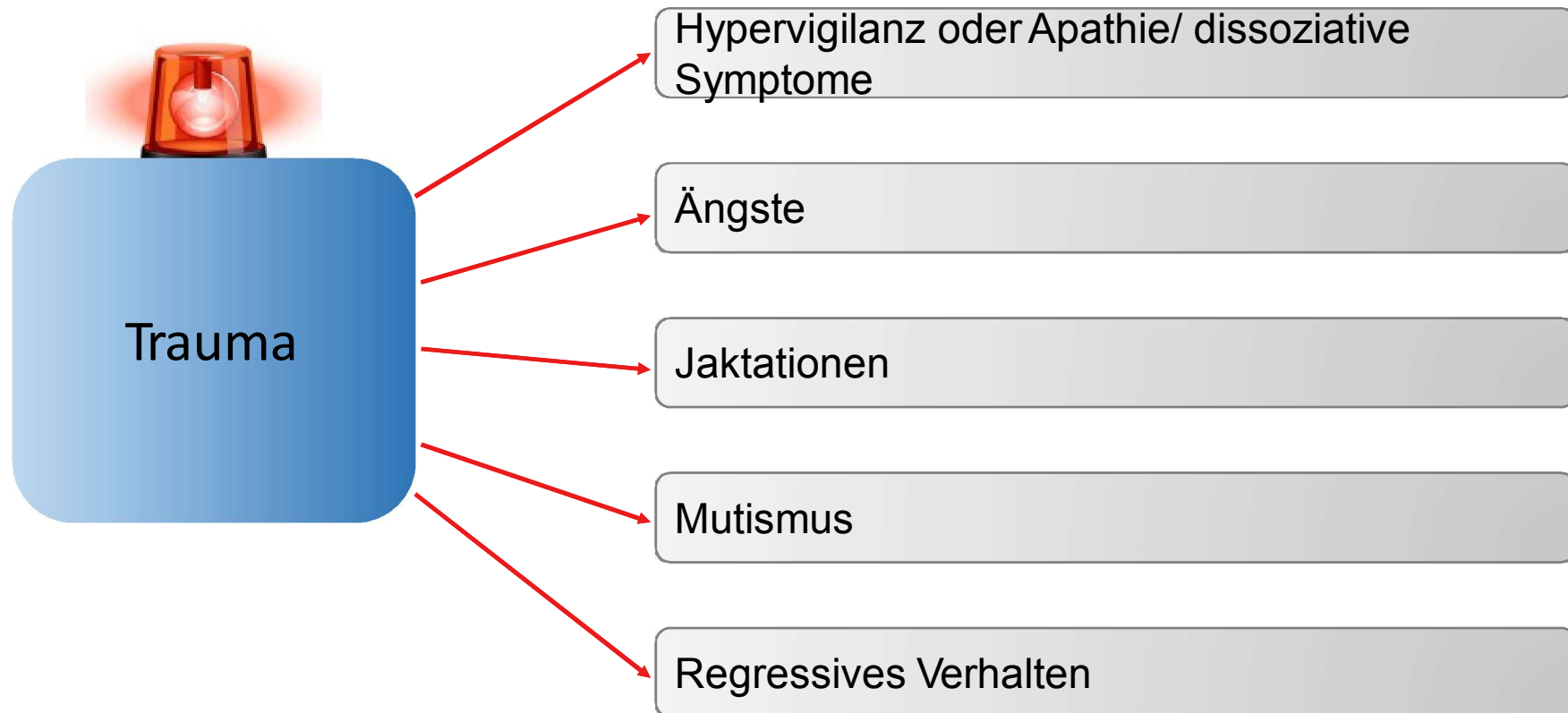
Früh traumatisierte Kinder und Jugendliche



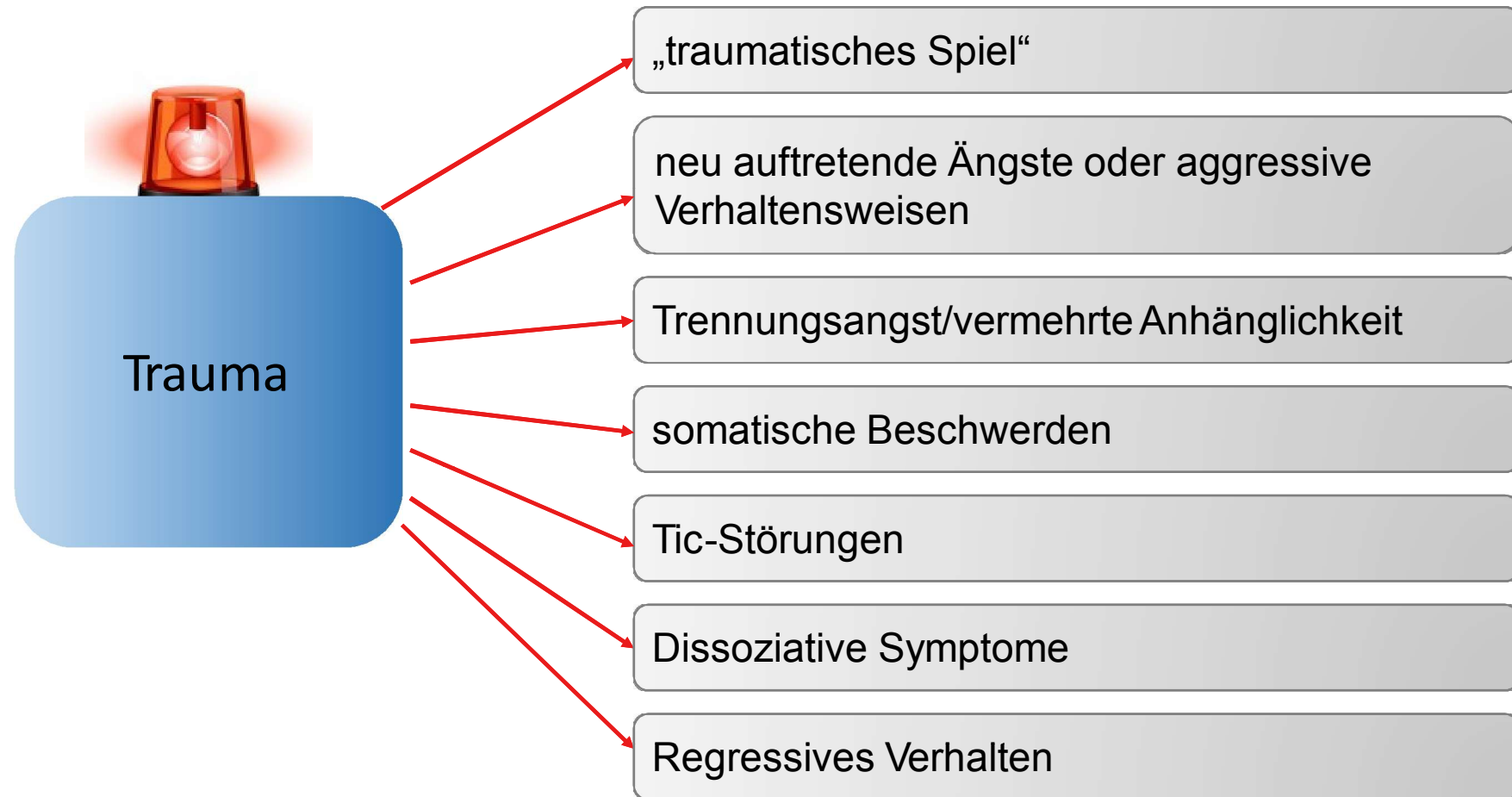
Säuglinge und Kleinstkinder (0-1 Jahre)



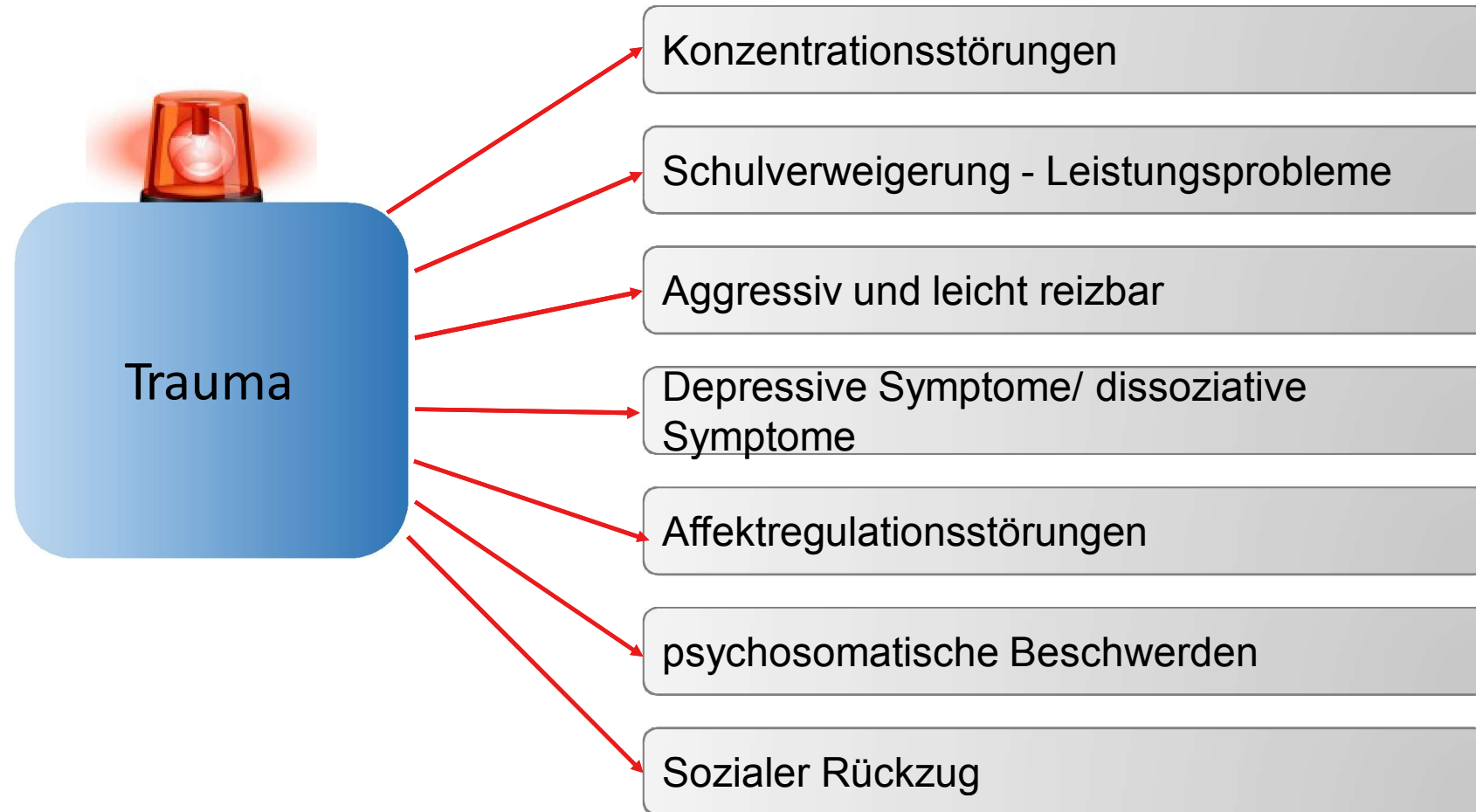
Kleinkinder (1-3 Jahre)



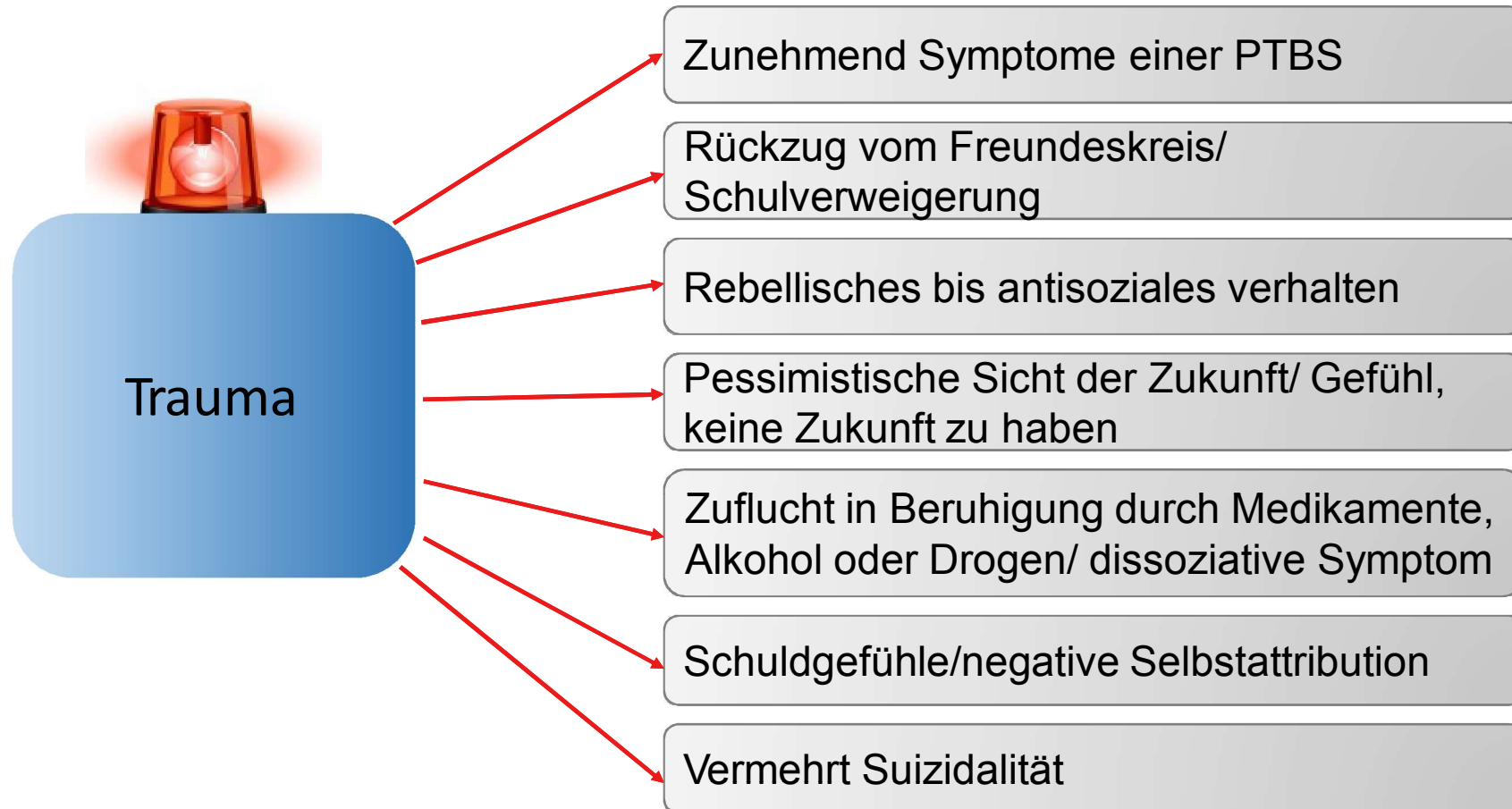
Kindergartenkinder (3-6 Jahre)



Grundschul Kinder (6-10 Jahre)



Kinder und Jugendliche (weiterführende Schulen)



Bewältigungsversuche



psychische Schwerstarbeit



psychobiologische Selbsthilfe



beeinflusst weitere Entwicklung

Einflussfaktoren - situationsspezifisch



selbst bedrohliche oder gewalttätige Handlungen begehen

Opfer oder Zeuge direkter Lebensbedrohung

Verletzung der eigenen Person

Zeitdauer der traumatischen Erfahrungen

Zeuge sein von Bedrohungen, Misshandlungen, Verstümmelungen oder ungewöhnlichen Todesarten

Gefangenschaft, Folter

Ausmaß der Gewalt

Erleben von Hilflosigkeit bei Verzweiflungsschreien anderer



Einflussfaktoren – auf die Person bezogen



Sozioökonomische
Belastungen

Genetische Faktoren

Entwicklungsstand

Psychosoziale Belastungen

Bindungsverhalten der
Bezugspersonen in der frühen
Kindheit

Ausmaß der erlebten
Unterstützung

Konfliktbewälti-
gungsstrategien

Frühere traumatische
Lebensereignisse



Resilienz – „die andere Seite“



biologische
Faktoren

Gefühl der
Selbstwirksamkeit

kognitive Faktoren

Bewältigungs-
strategien

sichere Bindung

Zentrale Bedürfnisse der Betroffenen



Sicherheit



Kontrolle/
Selbstwirksamkeit

Weitere Bedürfnisse der Betroffenen



Orientierung

Selbstwahrnehmung
und Affektregulation

Klarheit und Struktur

Mobilisierung
ihrer Ressourcen

Psychoedukation

Sicherheit vermittelnde
Beziehungen

Wertschätzung



Prävention sekundärer Traumatisierung



Psychohygiene



Psychoedukation



Distanzierung



Anerkennung



Unterstützung

caritas

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Dipl.Psych. Claudia Radermacher-Lamberty

Caritas Familienberatung

Reumontstraße 7a

52064 Aachen

Tel.: 0241 /3 39 53

06.05.2015

© Copyright Dipl.Psych. C.Radermacher-Lamberty

