

Herzlich willkommen



Herzlichen Dank für
die Einladung zum
Fachtag:
Keine Angst vor dem
Trauma

Vortrag: Systemische Traumatherapie – Grundlagen und
Hintergründe

ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



1. Grundlegende Gedanken zur Systemischen Traumatherapie Anlässe und Verteilungen

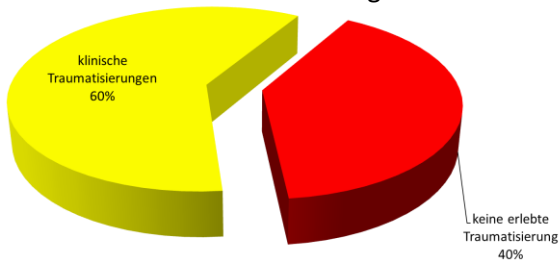
ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



Verteilung von Traumatisierungen in er
Gesamtbevölkerung



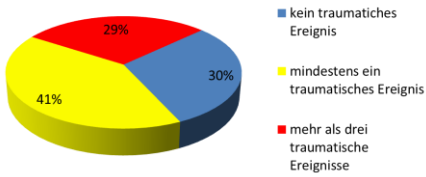
ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de



Ergebnisse im Essener Traumainventar (ETI-KJ-F)
Fremdurtel der Pflegeeltern (n=379)

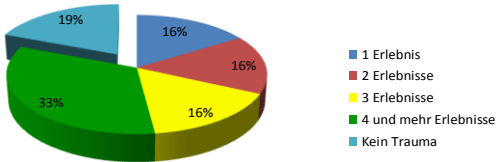
Anzahl traumatischer Erlebnisse





Prävalenz traumatischer Erfahrungen im ETI – Selbsturtel n=245

Anzahl traumatischer Erlebnisse





Häufigkeit von Traumata im Kontext der Jugendhilfe: Jantz, Wiesinger u. Schmid 2008

Art der Traumatisierung	Häufigkeit in %
Vernachlässigung	72%
Vernachlässigung (Basics)	31%
Körperliche Mißhandlung	35%
Emotionale Mißhandlung	31%
Sexuelle Mißbrauch	15%
Zeuge körperlicher Gewalt	50%
Schwere Unfälle	5%
Irgendein psychosoziales Trauma	75%

Systemische Traumatherapie und -pädagogik



ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



Definition:

Vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit dem Gefühl von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine dauerhafte Erschütterung von Selbst- und Weltbild bewirkt.

(G.Fischer. P. Riedesser 1998)

ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



Trauma – zwischen Wahn und Leid

Aus meiner Sicht hat sich ein „**Traumawahn**“ **entzündet**. Medien und Fachleute sind sofort bestürzt wenn ein Mensch eine schwierige Situation erlebt hat. Eltern, Lehrer Jugendämter sprechen sehr schnell von Trauma, wenn Menschen eine belastende Situation erlebt haben oder schwierige Symptome erlebt haben.

Und Nicht jeder Klient der etwas schwierig ist, ist traumatisiert. Manchmal ist er nur anders.....

Und

Therapeutisch ist nicht das Trauma, das Ereignis an sich interessant, sondern die **Traumafolgestörung** die die Klienten entwickelt haben. Oder die Ressourcen die sie besitzen und die verhindert haben, das sich nach dem traumatischen Ereignis **keine** Traumafolgestörung entwickelt hat.

ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



Individuelle Traumatisierung in einem sozialen Kontext (Einmaltraumatisierung):

die traumatische Situation ereignet sich im Beisein anderer Menschen wie z. B. bei einem Unfall oder durch einen medizinischen Eingriff. Individuelle Traumatisierung durch einen Menschen **Einmaltaten** z.B. ein Überfall
Wenn es sich um ein abgekapseltes Trauma handelt, dann entwickelt sich oft nur eine einfache PTBS. Gute und schnelle Behandlung, Einzel- oder Mehrpersonensetting möglich.

Individuelle Traumatisierung in einem sozialen Kontext (Mehrfachtraumatisierung):

länger andauernde Traumatisierungen z.B. sexuelle Gewalt, Folter, Geiselnahme. Traumatische Situationen ereignen sich über einen langen Zeitraum in dem es u.U. zu weiteren traumatischen Handlungen kommt.
In diesen Fällen ist der Täter häufig eine bekannte und vertraute Person. Komplexe Traumafolgestörungen sind hier sehr häufig zu erwarten. Diese Formen der Traumatisierung kennzeichnen sich oft dadurch, dass sie zu einem sehr frühen Zeitpunkt begannen und dann über oft viele Jahre hinweg andauern. Die Traumafolgestörungen sind meist sehr komplex bis zur Dissoziativen Identitätsstörung. Wenn die Familie bzw. die Partnerschaft sicher ist, kann Therapie in der Familie durchgeführt werden. Traumakonfrontation eher alleine.

Systemische Traumatherapie



Individuelle apersonale Traumatisierungen: das Trauma widerfährt einem einzelnen, ohne das andere Menschen anwesend sind (Autounfall auf einer einsamen Straße, Herzinfarkt auf dem Spaziergang, Absturz bei einer Bergbesteigung etc.)

Häufig schwere Traumafolgestörungen, weil sie in der lebensbedrohlichen Situation keine sozialen Kontakte hatten. Deshalb Therapie im Paar- oder Familiensetting hilfreich und möglich. Traumakonfrontation dann eher alleine.

Parallele Traumatisierungen: viele Menschen erleben zum gleichen Zeitpunkt und durch das gleiche Ereignis ein Trauma, z.B. Krieg, Naturkatastrophen, Vertreibung, Hunger , sogenannte Großschadensereignisse wie Eisenbahnunfälle, Flugzeugabstürze etc.

Hier sind Ereignisse zu unterscheiden, die einmalig auftreten wie z. B. eine Naturkatastrophe oder ein Eisenbahnunfall und den Ereignissen die mehrfach und über einen längeren Zeitraum auftreten wie z.B. Hunger, Vertreibung und Krieg.

Durch die Erfahrung, dass viele Menschen das gleiche Schicksal erleiden, entwickeln viele Menschen eine starke Integrationskraft des traumatischen Ereignisses. Gesellschaftliche Resilienzfaktoren scheinen stärker aktiviert. In nach der akuten Belastungsreaktion treten weniger Traumafolgestörungen auf. In der Therapie ist zu unterscheiden ob die Ereignisse mehrfach oder einmalig sind. Gruppentherapie oder Familientherapie möglich.

Systemische Traumatherapie



Systemtraumatisierungen: ein System (Familie) erleidet miteinander durch einen bestimmten Anlass ein Trauma, z.B. Familien, die gemeinsam einen Autounfall erleiden, gemeinsam auf der Flucht oder durch eine Naturkatastrophe traumatisiert wurden. Auch hier ist zu unterscheiden ob Ereignisse einmalig auftreten wie z.B. ein Verkehrsunfall oder ob die Traumatisierung mehrfach und über einen längeren Zeitraum geschieht.

Durch das gleichzeitige Erleiden der traumatischen Situation können die systemeigenen Resilienzfaktoren eher angeregt und genutzt werden. Das System wird zur „Schicksalsgemeinschaft“. Es besteht die Gefahr der Retraumatisierung durch die Ungleichzeitigkeit der Verarbeitung aber auch die Möglichkeit kollektiver Verarbeitung in der Therapie und die Nutzung der Systemresilienz. Besonders bei lang anhaltenden Traumatisierungen sind oft auch mit schweren Traumafolgestörungen zu rechnen. Familientherapie für den gesamten Prozess.

Individuelle – Systemtraumatisierungen: z.B. in Familien, in denen mehrere Familienmitglieder Traumata erlitten haben, allerdings durch unterschiedliche Anlässe, zum Beispiel Flucht, Autounfall, Gewalt. Auch Mehrfachtraumatisierungen oder kumulative Traumatisierungen sind möglich.

Systemische Traumatherapie



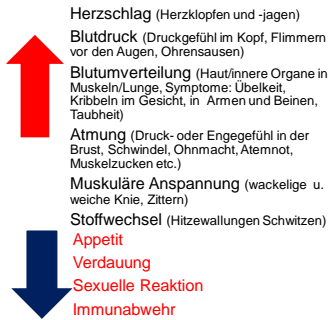
Systemeigene Resilienzfaktoren können weniger genutzt werden. Gegenseitige Retraumatisierung leichter möglich (z.B. Nachkriegszeit). Komplexe Traumafolgestörungen führen leichter zu Eskalationen im System. Familientherapie im Rahmen der Psychoedukation und der Stabilisierung möglich. Individuelle Traumakonfrontation und Therapieprozess meist sinnvoller.

Transgenerationale Traumatisierung: Traumatisierungen, die in den Vorgängergenerationen erlebt wurden und die Traumafolgestörung an die nachfolgende Generation weitergegeben werden.
Symptome wie PTBS und komplexe Traumafolgestörungen führen wahrscheinlich zu dauerhaft veränderter Genexpression (durch mögliche epigenetische Mechanismen wie z.B. durch Methylierung von CpG-Sequenzen der DANN oder die Modifikation von Histonproteinen) (R. Yehuda 2009). Schwer zu diagnostizieren, weil es keinen „offiziellen“ Grund, keine „Ereignisse“ gibt, die auf eine Traumatisierung schließen lassen. Studien von R. Yehuda haben genetische Veränderungen bei Nachkommen von Holocaustopfern und Überlebenden des Terroranschlags auf das World Trade Center gezeigt.

Systemische Traumatherapie



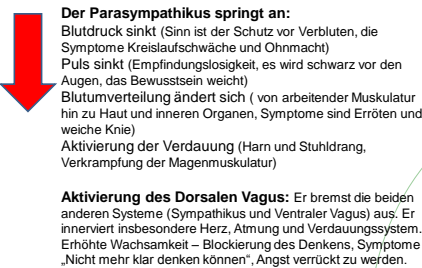
Sympathikus: Mobilisierung von Energie für Flucht und Kampf



Systemische Traumatherapie



Bleibt der Traumatische Stress bestehen oder wird die Situation als ausweglos erlebt geschieht folgendes:



Die körperlichen und psychischen Reaktionen sind: totale Unterwerfung, Totstellreflex und Dissoziation



2. Symptome und Diagnostik im Kontext einer systemischen Traumatherapie



Selbstmedikation bei hohem und chronischem Stress:

- Alkohol
- Belastungssteigerung
- Schlafentzug
- Drogen, Medikamente
- extremer Sport
- leichte Selbstverletzungen
- Dissoziationen
- sich verlieben, Bindung



Weshalb Diagnostik und was soll diagnostisch geklärt werden:

- Besteht überhaupt eine Traumafolgestörung und welche? (Nicht alle Symptome die Menschen zeigen, sind Folge einer Traumafolgestörung und nicht jedes traumatische Ereignis bewirkt eine Traumafolgestörung. Und das hat Einfluss auf die Therapie)
- Bestehen Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung? (Welche? Wie wirken sie sich im Alltag aus?)
- Gibt es Hinweise auf eine komplexe posttraumatische Belastungsstörung oder eine dissoziative Störung? (Störungen der Affektregulation, der Selbst- und Fremdwahrnehmung, der Beziehungsfähigkeit, dissoziative Symptome?)

Systemische Traumatherapie



Was sollte diagnostisch geklärt werden:

- Welche Komorbiditäten liegen vor (Sucht, Depression, Angst, somatoforme Störungen, Persönlichkeitsstörungen) und welche Auswirkung hat das auf die Therapie?
- Liegen stärkere intrusive oder eher konstruktive Symptome vor (die leicht übersehen werden können)? (Gefühlstäubheit, Konzentrationsmangel, Antriebslosigkeit, somatoforme dissoziative Symptome (z.B. Körperteile, die als fremd oder tot erlebt werden))
- Gibt es selbstverletzendes Verhalten oder Suizidalität?
- Lassen sich im Therapieverlauf Veränderungen bei den traumanahen Symptomen beobachten? (Prozessdiagnostik z.B. mit IES, ETI, PTSS10)

Systemische Traumatherapie



Symptombereiche einer Traumafolgestörung DSM V

- ❖ Konfrontation mit tatsächlichem oder drohendem Tod, ernsthafte Verletzungen oder sexuelle Gewalt.
- ❖ Vorhandensein eines oder mehrerer Symptome des Wiedererlebens (Intrusionen).
- ❖ Anhaltende Vermeidung von Reizen, die mit dem oder den traumatischen Ereignissen verbunden sind und die nach dem oder den traumatischen Ereignissen begannen.
- ❖ Negative Veränderungen von Kognitionen und der Stimmung im Zusammenhang mit dem oder den traumatischen Ereignissen:
- ❖ Deutliche Veränderungen des Erregungsniveaus und der Reaktivität im Zusammenhang mit dem oder den traumatischen Ereignissen.
- ❖ Dissoziativen Symptome die mit dem Ereignis verbunden sind.

Systemische Traumatherapie



Die 4 Symptombereiche einer PTBS

- **Wiedererinnerung oder Intrusionen**
- **Vermeidung**
- **Übererregung**
- **Physiologische Symptome**

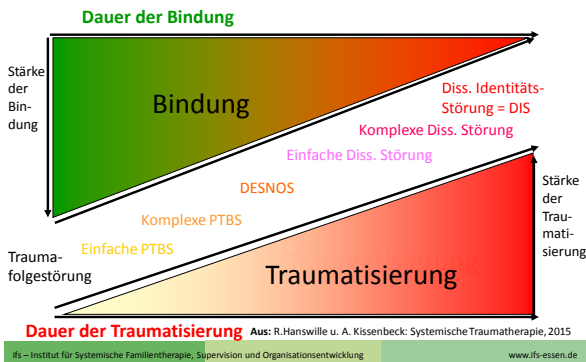
Systemische Traumatherapie

ifs



Systemische Traumatherapie

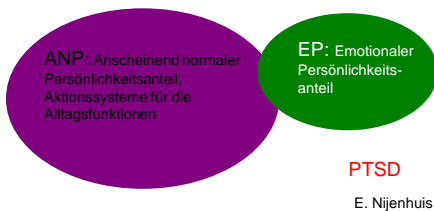
ifs



Systemische Traumatherapie - ifs

ifs

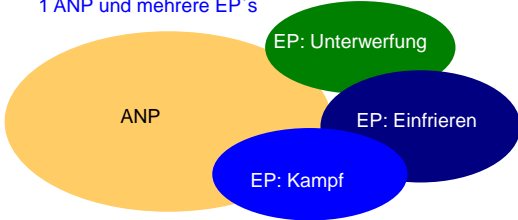
Primäre Strukturelle Dissoziation 1 ANP und 1 EP



Systemische Traumatherapie - ifs



Sekundäre Strukturelle Dissoziation:
1 ANP und mehrere EP's



Komplexe PTSD /DESNOS
Einfache dissoziative Störung
Andere Dissoziative Störungen = DDNOS

E. Nijenhuis

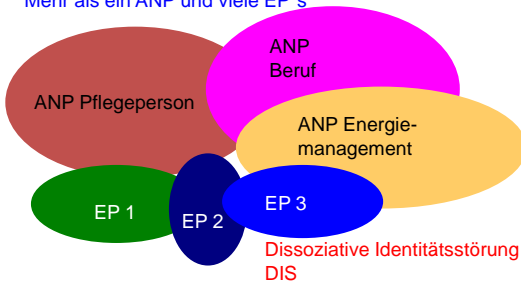
ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie - ifs



Tertiäre Strukturelle Dissoziation:
Mehr als ein ANP und viele EP's



Dissoziative Identitätsstörung
DIS

E. Nijenhuis 2002/2015

ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



Darstellung eines Klienten zu seiner Innenwelt
ANP (kleines Mädchen in der Mitte mit blauem Kopftuch), EPS (die
Figuren die drum herum stehen). Und der Wunsch ANP nach der
Therapie.



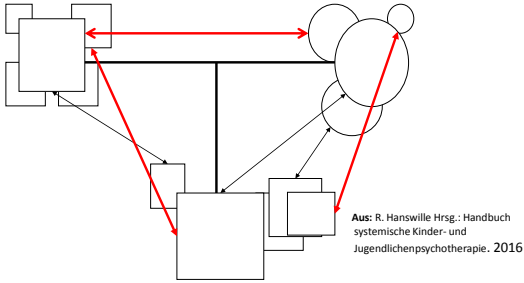
ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de

Systemische Traumatherapie



Was heißt das für die Situation einer Familie, in der mehrere Familienmitglieder traumatisiert sind:



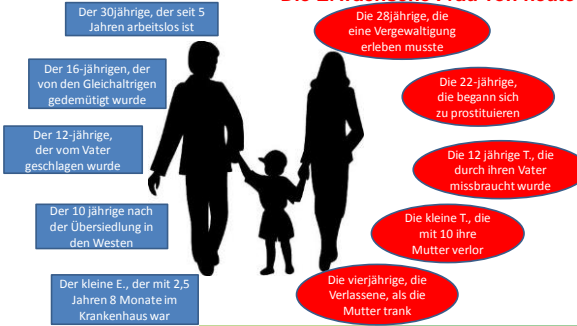
Aus: R. Hanswille Hrsg.: Handbuch systemische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. 2016

Systemische Traumatherapie

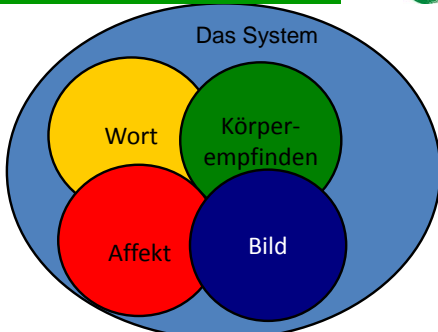


Der Erwachsene Mann von Heute

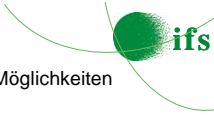
Die Erwachsene Frau von heute



Systemische Traumatherapie



Die Dimensionen der systemischen Traumatherapie



Wenn Sie weiterlesen möchten, zu den Möglichkeiten einer Systemischen Traumatherapie:

R.Hanswille u. A. Kissenbeck:
Systemische Traumatherapie
Carl-Auer Verlag 2015, 3. Auflage

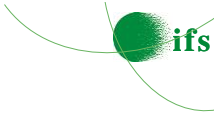


ifs
Bochumer Straße 50
45276 Essen
Telefon 0201 / 848 65 60
info@ifs-essen.de

Staatlich anerkannte Ausbildungsstätte für Psychotherapie

ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de



Vielen Dank für Ihre

Aufmerksamkeit !

Im Workshop stehen dann praktische Gedanken und Konzepte im Mittelpunkt

ifs
Bochumer Straße 50
45276 Essen
Telefon 0201 / 848 65 60
info@ifs-essen.de

Staatlich anerkannte Ausbildungsstätte für Psychotherapie

ifs – Institut für Systemische Familientherapie, Supervision und Organisationsentwicklung

www.ifs-essen.de
