



Trauma und Bindung

Auswirkungen erlebter Traumatisierung
auf die Mutter-Kind-Beziehung



Trauma

Was kennzeichnet ein Trauma?

- Ausgangspunkt: Externe Ereignisse
- Erleben des Ereignisses:
 - Traumatische Zange: NO FIGHT - NO FLIGHT
- Folgen:
 - FREEZE and FRAGMENT



Trauma

Was passiert im Gehirn?

- Hippocampus
 - Cooles Gedächtnis, Archiv
- Amydala
 - Feuerwehr



Trauma – Symptome

- Intrusion/Wiedererleben
- Stimulusvermeidung
- Physiologische Reaktionen



Trauma – Therapie

Basics

- Sicherheit
 - Aussen und Innen
- Keine weiter Traumatisierung
- Aufbau der Therapiebeziehung



Trauma – Therapie

Stabilisierung

- Affektmodulation und Affektkontrolle
- Rückgriff auf Ressourcen
- Soziales Netz
- Selbstfürsorge und Fürsorge für
Schutzbefohlene
- Beziehungs- und Konfliktfähigkeit
- Sinnvolle Tätigkeit



Trauma – Therapie

Distanzierung

- Distanzierungstechniken
 - Sicherer Ort, Tresor...



Trauma – Therapie

Verarbeitung

- Bildschirmtechnik
- EMDR
- Körperpsychotherapie



Trauma – Therapie

Integration

- Integration
- Trauerarbeit
- Anknüpfen an vor-traumatische Ressourcen und Stärken

=> Während des gesamten Prozesses



Bindung - Definition

- Dauerhafte und dyadische Verbundenheit mit anderen Menschen
- Angeboren: Bindungsbedürfnis
- Bindungsbedürfnis vs. Explorationsbedürfnis;
Lebenslange Aufgabe: Ausbalancieren



Bindungsbeziehung entsteht von alleine

Bindungsverhalten = angeboren

➔ Zustandekommen unabhängig von der Qualität der Beziehung

Jedoch: Qualität der Bindungsbeziehungen = unterschiedlich:

Sicher – unsicher - desorganisiert



Bindung ist wichtig

Bindung sichert das Überleben eines Kindes!

Qualität der Bindung wichtig für kognitive,
emotionale und soziale Entwicklung

Kinder brauchen Sichere Bindungen!



Sichere Bindung entsteht durch Interaktion und Kommunikation

Feinfühligkeit = kindliche Signale

- Erkennen
- Richtig interpretieren
- Angemessen darauf reagieren

« Wenn es mir nicht gut geht, wenn ich Hunger habe, wenn ich müde bin, wenn ich Angst habe ... dann kann ich das meiner Mama mitteilen. Sie « hört » mich, versteht mich und hilft mir. Meine Mama ist für mich ein Sicherer Hafen. »



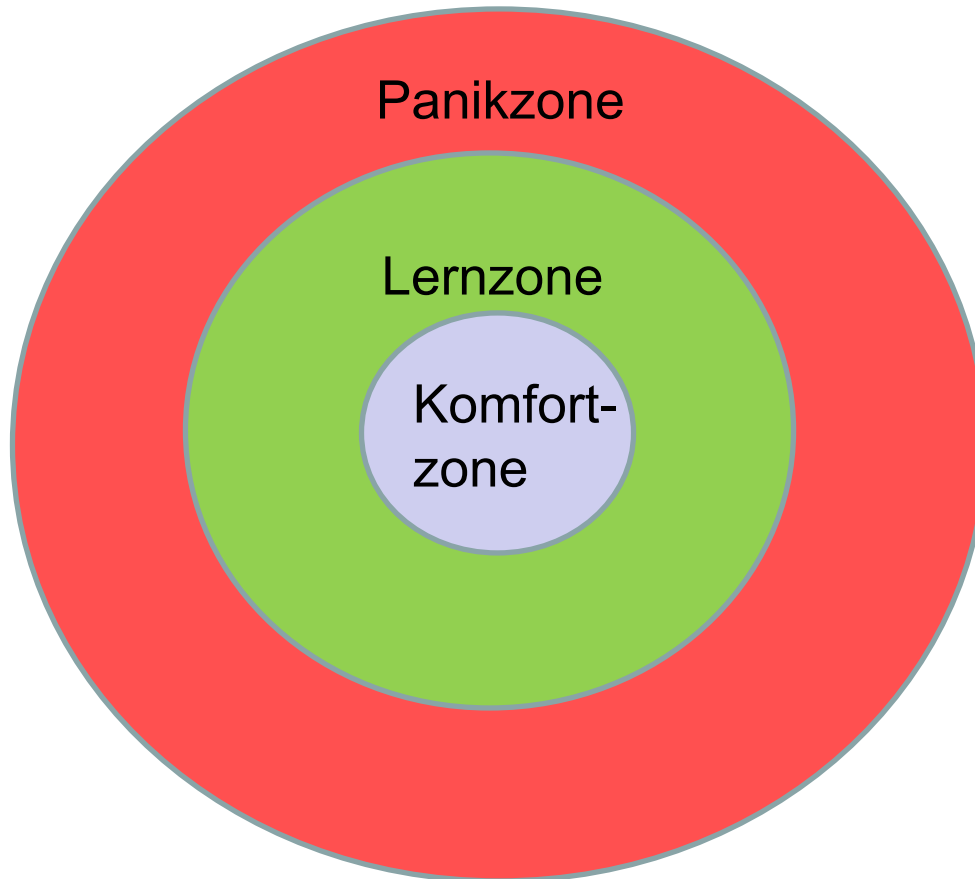
Sichere Bindung ist wichtig

- **Sicherer Hafen:** Bei emotionaler Belastung: Kind sucht BP auf → Beruhigung emotionaler und physiologischer Erregung
- **Sichere Basis:** Voraussetzung für Explorationsverhalten

Beides sind Voraussetzungen für Lernen!



Sichere Bindung ist wichtig!





Sichere Bindung ist wichtig

- Engelskreis = Kreis positiver Gegenseitigkeit zwischen Mutter und Kind
- Wichtigster Schutzfaktor für die weitere Entwicklung des Kindes!



Traumatisierung & Mutter-Kind-Beziehung

<p>Überflutung mit belastenden Gefühlen, hoher innerer Stress,</p>	<p>Reduktion der Feinfühligkeit Red. der intuitiven Kompetenzen</p>
<p>Niedrige Erregungsschwelle</p>	<p>Höhere Gewaltbereitschaft</p>
<p>Emotionale Empfindungslosigkeit Dissoziative Symptome</p>	<p>Kein Gefühl zum Kind Kein Kontakt zum Kind</p>
<p>Erfahrung emotionaler, körperlicher, sexueller Gewalt, Vernachlässigung, Abgelehnt werden</p>	<p>Gepenster im Kinderzimmer: Wahrnehmung des Kindes verzerrt Fehlinterpretationen kindlicher Signale</p>



Traumatisierung & Mutter-Kind-Beziehung

Erfahrung mit Bindung: bedeutende BP zerstört Bindungssicherheit wie etwa durch Gewalt

Inneres Arbeitsmodell von Bindung ist irritierbar und desorganisiert

Grosse eigene Bedürftigkeit

Bedürftigkeit des Kindes ist bedrohlich

Belastende Schwangerschaft

Intrauteriner Stress fürs Kind
Hohe Irritabilität des Kindes
Schwer lesbares Kind



Was tun?

- Sicherheit für Mutter und Kind
- Trauma bearbeiten
- Entwicklungspsychologische Beratung



Entwicklungspsychologische Beratung

Förderung der Mutter-Kind-Beziehung durch

- Verbesserung der Feinfühligkeit
- Schaffen von Voraussetzungen für feinfühliges Verhalten
- Akzeptanz bei der Mutter für die Veranlassung weiterer notwendiger Hilfen



Danke für Ihre Aufmerksamkeit