

## **„Ich ersehne dich heiß - und fürchte dich so“**

### **Über die Schwierigkeit der Beziehungsgestaltung traumatisierter Kinder**

(Vortrag 2005 für den Verein Pflege- und Adoptiveltern)

Kinder die vernachlässigt, körperlich und seelisch misshandelt oder missbraucht werden, erleben schwere Traumatisierungen in der Beziehung zu ihren nächsten Bezugspersonen. Die Auswirkungen von frühen Traumatisierungen sind vielfältig, je früher die Traumatisierung erfolgt, umso schwerwiegender sind sie. Im Folgenden möchte ich im Besonderen die Auswirkungen von Traumatisierung auf die Beziehungsfähigkeit von Kindern beschreiben, da die Kenntnis darüber für die weitere Betreuungsplanung von großer Bedeutung ist.

Gleich ob Kinder, deren Eltern in irgendeiner Form gewalttätig wurden, in Zukunft in einer neuen Stieffamilie, in einer Pflege- oder Adoptivfamilie, oder in einer Wohneinrichtung aufwachsen, sie werden ihr Beziehungstrauma vermutlich in irgendeiner Form reinszenieren und damit ihren neuen Lebensraum gefährden. Ziel unserer beratenden und psychotherapeutischen Begleitung von Kindern und ihren Bezugspersonen ist es, den Kindern erneute Beziehungsabbrüche und weitere negative Beziehungserfahrungen zu ersparen.

Wenn ich hier von Kindern spreche, die durch Vernachlässigung, Misshandlung oder sexuellen Missbrauch in ihren Familien geschädigt wurden, dann geht es immer um Kinder, deren Würde und Integrität missachtet und verletzt wurde.

### **Die schlimmste Auswirkung der körperlichen und psychischen Verletzungen ist die Erschütterung des Vertrauens in eine gute und verlässliche Umwelt.**

Jedes Kind entwickelt bereits in der Schwangerschaft ein Grundvertrauen durch das getragen und gehalten werden im Mutterleib. In der Folge wird dieses Grundvertrauen gefestigt und durch die Empathie der Mutter bestätigt. Sie reagiert auf das Schreien des Säuglings und auf andere Äußerungen von Unwohlsein emphatisch mit füttern, tragen, liebkosen, pflegen und trösten.

Traumatisierungen durch Vernachlässigung, körperliche und psychische Misshandlung oder Missbrauch hingegen erschüttern dieses Urvertrauen zutiefst. Die Person, von der Liebe erwartet wird, fügt Schmerzen zu. Das Gefühl, geborgen zu sein geht damit verloren, die Welt wird plötzlich bedrohlich, unsicher und angstausslösend. Folgen sind der Verlust von Bindungssicherheit und die Entwicklung eines desorganisierten Bindungsstils (K.H. Brisch 1999) dessen Auswirkungen hier beschrieben werden sollen. Die Bindungsstörung, die sich entwickelnden Beziehungsstörungen und die Selbstwertproblematik des Kindes bestimmen das Interaktionsgeschehen mit seinen Bezugspersonen.

### **Traumatische Beziehungserfahrungen beeinflussen die Gehirnentwicklung**

Prof. Gerald Hüther, ein deutscher Hirnforscher führt viele der späteren Verhaltensauffälligkeiten, der Lern- und Leistungsstörungen und psychischen Reaktionen von traumatisierten Kindern auf die Veränderung der Zellstruktur der Gehirnnerven zurück (Hüther, 1997, 2001). Er beschreibt anhand hirnpfysiologischer Vorgänge, wie sich frühe Interaktionserfahrungen im Gehirn niederschlagen und in der Folge die Wahrnehmungs- und Denkprozesse bestimmen. Neue Erfahrungen werden immer auf dem Hintergrund alter Erfahrungsmuster interpretiert und beantwortet. Angemessenes Sozialverhalten zu zeigen, ist demnach nicht allein eine Sache des guten Willens des Kindes, sondern es braucht einen sehr langen Prozess der Verankerung von neuen positiven Erfahrungen. Dieses Wissen wirft ein neues Licht auf die Schwierigkeiten vieler Kinder und lässt uns vielleicht noch geduldiger oder zufriedener mit kleinsten Erfolgen sein.

Wie zeigen sich nun die Auswirkungen der Traumatisierung in Beziehungen?

**Misstrauen und Angst:** Zunächst einmal reagieren vor allem sexuell missbrauchte Kinder auf Erwachsene mit großem Misstrauen und Angst. Ihr Vertrauen in eine nahe stehende Bezugsperson ist von dieser auf das Äußerste missbraucht worden, mit ihrem Misstrauen schützen sich die Kinder vor neuen Verletzungen. Gleichzeitig verführen diese Kinder nicht selten die erwachsenen Bezugspersonen zu Versprechungen, die nicht einhaltbar sind und beweisen sich somit, dass man Erwachsenen nicht vertrauen kann.

Ein 11jähriges Mädchen vertraute sich seiner Lehrerin an, sie wurde seit Jahren vom Stiefvater missbraucht. Aus Angst, in ein Heim zu müssen (der Stiefvater hatte damit gedroht) wollte sie nicht, dass die Lehrerin die Jugendwohlfahrt einschaltet. Die Lehrerin versprach daraufhin dem Mädchen, dass sie ganz sicher nicht in ein Heim müsse. Nachdem jedoch die Mutter von der hinzugezogenen Sozialarbeiterin mit den Geschehnissen konfrontiert wurde und den Wahrheitsgehalt der Aussagen ihrer Tochter bestritt um ihren Ehemann zu schützen, musste die Sozialarbeiterin das Mädchen unverzüglich wegen weiterer Gefährdung fremdunterbringen. Die bisher gute Beziehung zur Lehrerin zerbrach.

**Kinder nehmen die Schuld auf sich:** Um sich das Bild und die Illusion von guten Eltern zu erhalten (jedes Kind will gute Eltern), nehmen Kinder die Schuld für das, was geschehen ist, auf sich. In Pflege- oder Adoptivfamilien kommen diese Kinder nicht selten in einen Loyalitätskonflikt zwischen leiblichen Eltern und versorgenden Eltern. Die 7jährige Katja hat, um diesem Konflikt auszuweichen, jeglichen Kontakt mit der leiblichen Mutter verweigert, daraus lässt sich nicht unbedingt schließen, dass sie keine innere Bindung an die leibliche Mutter hat, sondern lediglich, dass aufgrund des Konflikts diese Bindung für Katja nicht lebbar ist.

Auch wenn es zu verabscheuen ist, was manche Eltern ihrem Kind angetan haben, so müssen wir diesen Eltern doch mit Achtung begegnen, denn das Kind braucht eine achtenswerte Herkunft für sein eigenes Gefühl der Selbstachtung und Würde.

**Traumatisierte Kinder lösen heftige Gefühle in uns aus:** Die Ohnmacht, das Entsetzen, die Wut, der Ekel, das Unverständnis oder die Verwirrung, die wir empfinden, wenn wir mit traumatisierten Kindern zu tun haben, sind die Gefühle, die die Kinder während der Traumatisierung erlebt haben. Die Gefühle der Kinder übertragen sich unmittelbar auf das System der Helfer und müssen dort unbedingt reflektiert werden, sonst kommt es zu unüberlegten Interventionen oder zur Hilflosigkeit der Helfer.

**Mangel an Empathie:** Kinder, die von ihren Müttern sehr früh vernachlässigt, misshandelt oder missbraucht wurden, haben von der Mutter keine Empathie erfahren und konnten somit auch keine eigenen empathischen Fähigkeiten erwerben. Dies erklärt, weshalb manche Kinder z.B. ihre Pflegegeschwister körperlich oder seelisch verletzen und deren Reaktionen nicht verstehen, sie sind nicht in der Lage, sich einzufühlen in die Gefühlslage des Anderen. Ihnen muss man Gefühle regelrecht erklären: „schau, Sabine ist jetzt traurig, weil du sie nicht mitspielen lässt“ oder: „wenn du Oli immer segierst, dann wird er ganz wütend auf dich“. Da diese Kinder aufgrund ihres mangelnden Einfühlungsvermögens nicht in der Lage sind, die Bedürfnisse von anderen wahrzunehmen, haben sie oft große Schwierigkeiten in der Gleichaltrigengruppe und werden zu Aussenseitern.

**Die Identifikation mit dem Aggressor:** In Misshandlungs- und Missbrauchssituationen erleben die Opfer absolute Hilflosigkeit. Kein Mensch ist in der Lage, das Gefühl von eigener Hilflosigkeit über einen längeren Zeitraum hinweg zu ertragen. Die menschliche Psyche greift deshalb zu Abwehrmechanismen, um sich vor unerträglichen Gefühlen zu schützen. Aus diesem Grund übernehmen z.B. Kinder, die von ihren Eltern misshandelt wurden, die Botschaft, dass sie böse seien und deshalb Strafe verdient hätten, nur so können sie die

Feindseligkeit der Eltern ertragen. Wir nennen diesen Mechanismus, der auch bei anderen Gewaltopfern zu beobachten ist, Identifikation mit dem Aggressor.

Der 9jährige Oliver, der von beiden Eltern über lange Zeit heftigst geschlagen und gedemütigt wurde, brauchte in der Therapie fast ein Jahr, bis er in der Lage war, bei seinen Eltern auch negative Seiten zu sehen, er hielt bis zu diesem Zeitpunkt an der Idealisierung seiner Eltern fest. Das Jugendamt, das die Fremdunterbringung veranlasst hatte und die Heimerzieher waren für Oliver das absolute Feindbild, auch hier war Oliver mit seinen Eltern und deren Sichtweise identifiziert.

**Verdrehung von Gut und Böse:** In der Missbrauchssituation wird dem Kind suggeriert "gut sein" hieße das zu tun, was der Missbraucher verlange. „Gut sein“ heißt für das Kind auch, die Familie zu schützen, indem es den Täter schützt und schweigt. „Böse sein“ dagegen hieße, ein Geheimnis zu verraten und der Mutter Sorgen bereiten.

Diese Verdrehung von Werten führt beim Kind zu Verwirrungen, Fehleinschätzungen und zu dem Unvermögen gut und böse richtig einzuschätzen und danach zu handeln. Bei kleinsten Verfehlungen verstricken sich diese Kinder bereits in Lügengebäude, machen sich selbst zu Sündenbock und gefährden das Vertrauen ihrer Bezugspersonen.

**Selbstwertproblematik:** Missbrauchte Kinder haben ein ausgesprochen negatives Selbstbild. Sie sind überzeugt, dass niemand sie mögen wird, wenn herauskommt, was sie mitgemacht haben. Sie fühlen sich schmutzig und unwürdig und tun viel, damit ihre Bezugspersonen ihnen dieses Selbstbild bestätigen. Sabine, ein 4jähriges missbrauchtes Mädchen entwickelte die Angewohnheit, immer dann zu furzen, wenn ich ihr in der Therapie, sei es beim Vorlesen oder beim Spielen, körperlich nahe kam. Zunächst hielt ich das für Zufall, bis die Furzerei immer deutlicher provokant wurde und ich meinen Ekel über den Gestank äußerte. Da ich gleichzeitig keinerlei Anzeichen der Ablehnung ihrer Person von mir gab, sondern bei meiner spürbar wertschätzenden Haltung für sie blieb, hörte dieses Verhalten schlagartig mit diesem Zeitpunkt auf.

**Umgang mit Grenzen:** Beim sexuellen Missbrauch wurden die Grenzen des Kindes physisch (körperlich) und psychisch (Generationsgrenze) total überschritten und missachtet. Das Kind ist deshalb unsicher im Umgang mit Grenzen und dem regulieren von Nähe und Distanz.

Missbrauchte Kinder haben in der Regel nie gelernt, mit ihrem Bedürfnis nach Körperkontakt umzugehen, sie wirken oft äußerst distanzlos und anhänglich und stellen eine Nähe her, die keine Beziehungsbasis hat. Die 6jährige Jennifer suchte bereits in der ersten Therapiestunde engen Körperkontakt zu mir, indem sie sich an mich schmiegte und mir sagte, dass sie mich so gern möge. Bei mir löste die Unstimmigkeit dieser Begegnung eher Rückzug und Ablehnung aus. Auch die Pflegeeltern waren über lange Zeit stark gefordert, Jennifer immer wieder entsprechende Rückmeldungen zu geben, ohne sie zurückzustößen und zu verletzen.

**Ambivalenz zwischen dem Wunsch nach Nähe und der Abwehr von Nähe:** Oliver, 9 Jahre lebt seit 2 Jahren in einem Heim, er war von beiden Eltern schwer misshandelt und gedemütigt worden. In der Therapie nicht in der Lage, etwas Gutes zwischen uns entstehen zu lassen. Alle Dinge, die er in der Therapie herstellte, oder die wir gemeinsam machten, musste er am Ende der Stunde zerstören. Auch die Stunden selbst machte er kaputt, indem er sie total abwertete und nur langweilig fand, während ich selbst den Eindruck hatte, er genieße die Stunden durchaus. Nach einem dreiviertel Jahr Therapie trat endlich die Veränderung ein: Oliver hatte mit mir gemeinsam in sehr verbundener Atmosphäre ein Bild gemalt und er zerstörte es nicht, sondern schenkte es mir mit den Worten „für dich!“. Ich war hochofren über diese Wendung, bis ich in der darauf folgenden Stunde die Reaktion bekam. Oliver wollte absolut nicht in die Therapiestunde kommen, sie sei nur blöde und ich auch und er gehe nicht in den Therapieraum. Da der Betreuer, der ihn gebracht hatte, schon weg war und Oliver ebenfalls wieder hinauslaufen wollte, kam es zur körperlichen Auseinandersetzung zwischen uns. Oliver war offenbar die Nähe der letzten Stunde doch zu bedrohlich, er musste sie erneut abwehren.

Das Bedürfnis nach Zuwendung und Körperkontakt wird bei missbrauchten Kindern ebenso stark ersehnt, wie es gleichzeitig gefürchtet wird. Deshalb ist das Kind in einer ständigen Ambivalenz zwischen dem Wunsch nach Nähe und der Abwehr von Nähe. Aufgrund dieser Ambivalenz kommt es auch häufig zur Aussendung paradoxer, sich widersprechender Signale durch das Kind, z.B.: „komm her“ und „geh weg“. Niemand kann sich solch widersprüchlichen Signalen gegenüber richtig verhalten. Bei Jugendlichen kommt es häufig dann zu Kontaktabbrüchen, wenn die Beziehung begonnen hat, enger und verbindlicher zu werden.

**Großes Regressionsbedürfnis:** Vernachlässigte und missbrauchte Kinder mussten in ihrer frühen Kindheit eigene Bedürfnisse nach Zuwendung und Versorgung verleugnen und stattdessen die Bedürfnisse der Erwachsenen befriedigen. Die kindlichen Grundbedürfnisse nach Sättigung, nach gesehen und gehalten werden wollen tauchen nun in neuen Beziehungen wieder auf, indem die Kinder ein großes Regressionsbedürfnis entwickeln. Da können Schulkinder sich plötzlich nicht mehr alleine anziehen, essen wie dreijährige oder kommen nie aus dem Bett.

Lisa, ein 13jähriges, ehemals vernachlässigtes Mädchen entwickelte in seiner Adoptivfamilie das Symptom, Unmengen von Lebensmitteln zu klauen und zu horten. Die Adoptivmutter fand regelmäßig im Bettkasten völlig vergammelten Käse, Obst oder Brot. Lisa hatte für dieses Verhalten selbst keine Erklärung. Offensichtlich war das Mädchen im Zuge innerer Konflikte, die sie mit beginnender Pubertät nicht mehr bewältigen konnte, in die Zeit regrediert, in der sie sich selbst versorgen musste.

**Wiederholung des Traumas im Spiel:** Kinder versuchen in der Regel über das Spiel ihre Erfahrungen zu bewältigen und immer wieder zum Thema zu machen. So kommt es im Spiel auch zu Wiederholungen der Misshandlungssituationen. Im Spiel mit anderen Kindern führt das zuweilen zu großen Schwierigkeiten –Kindergärtnerinnen kennen das zur Genüge. Da werden schöne Spielsituationen plötzlich mit Schlägen beendet, Lieblingsspielzeug wird zerstört, andere Kinder werden sexuell attackiert. Indem diese Kinder anderen das antun, was ihnen selbst widerfahren ist, identifizieren sie sich mit dem Angreifer, werden so vom Opfer zum Täter und verändern für sich die traumatische Situation.

Karli, 8 Jahre, zog im Hort immer wieder jüngere Mädchen in die Toilette und forderte sie auf, seinen Penis reiben. Er drohte mit Schlägen, wenn sie ihn verrieten. Mehrmals musste Karli wegen dieser Verhaltensweisen schon die Hortgruppe wechseln.

**Fortsetzung der erlittenen Demütigung:** Die in der Misshandlungs- oder Missbrauchssituation erlittene Demütigung setzt sich fort, indem die Kinder ihren neuen Bezugspersonen die Anerkennung für ihre Leistungen und ihre Zuwendung verweigern. Auch das ist als unbewusster Schutz vor Nähe zu verstehen. Wird diese Dynamik jedoch nicht verstanden und nicht ausgehalten, führt sie unweigerlich zu erneuter Demütigung indem das Kind als unwillig, unfähig, bössartig und unausstehlich degradiert wird.

**Affektdurchbrüche:** Traumatisierte Kinder neigen häufig zu Affektdurchbrüchen. Aus scheinbar nichtigen Gründen schlagen sie zu, fangen an zu heulen oder brüllen drauflos. Sie sind dann nicht in der Lage, ihre Impulse zu kontrollieren. Solche Affektdurchbrüche werden unter Umständen durch sog. Trigger (Situationen, die eine plötzliche Erinnerung an das traumatische Geschehen oder Teile davon wachrufen, sodass die gesamte Bedrohung gegenwärtig ist).

Ein Bub auf dem Schulhof spürt plötzlich schräg hinter sich ein anderes Kind vorbeilaufen. Es befindet sich genau in dem Winkel, aus dem der Vater ihn damals geschnappt und fast zu Tode geprügelt hat. Den Buben durchfährt der alte Schreck, die Todesangst und er beginnt wild um sich zu schlagen. Hinterher weiß er nicht, was los war und weshalb er geschlagen hat. Er schämt sich deshalb und findet irgendwelche Begründungen dass der andere ihn geärgert habe. Der Junge, der schon mehrfach wegen solcher aggressiven Durchbrüche verwarnet wurde, wird der Schule verwiesen.

### **Was in einer Beziehung verletzt wurde, kann nur in Beziehung heilen**

Was folgt nun aus diesem Wissen um die schwierigen Beziehungsdynamiken aufgrund traumatischer Erfahrungen?

Zunächst einmal müssen wir selbst eine Haltung entwickeln, zu dem, was dem Kind widerfahren ist. Wir müssen uns damit auseinandersetzen, was es in uns auslöst, wenn Mütter oder Väter ihre Kinder schlagen, quälen, vernachlässigen oder sexuell missbrauchen. Unsere Gefühle, unsere eigene Haltung zu den Geschehnissen sind für das Kind spürbar und können ihm die eigene Auseinandersetzung damit erleichtern oder eben auch erschweren.

Die zweite Aufgabe wäre es, die Verhaltensweisen des Kindes auf dem Hintergrund der Kenntnisse über posttraumatische Beziehungsstörungen zu betrachten und zu verstehen.

Die dritte große Aufgabe ist es, dem Kind heilende Beziehungserfahrungen zu ermöglichen, in denen es wieder Vertrauen fassen kann zu seiner Umwelt, in denen durch den Blick auf seine Fähigkeiten wieder Selbstbewusstsein wachsen kann, in denen das Kind wieder Zukunft sieht und Hoffnung schöpfen kann und in denen das Kind spürt, dass es nicht mehr ohnmächtig sondern handlungsfähig ist.

Um heilende Beziehungen leben zu können, brauchen nicht nur die Kinder Unterstützung, sondern auch Erwachsene und professionelle Helfer brauchen Möglichkeiten der Reflexion, Supervision und Stärkung.

**Wenn wir es schaffen, dem Kind in einer guten Atmosphäre neue Beziehungserfahrungen zu ermöglichen, und wenn wir es schaffen, diese Beziehungen verlässlich zu tragen, dann hat das Kind die besten Chancen, seine inneren Erfahrungsbilder zu verändern und positives Bindungsverhalten zu entwickeln.**

Verfasserin: Barbara Künschner

#### Literatur:

Lueger-Schuster, B., Pal-Handl, K.: Wie Pippa wieder lachen lernte, ein Elternratgeber für traumatisierte Kinder, Springer 2004

Pal-Handl K., Lackner B., Lueger-Schuster B.: Wie Pippa wieder lachen lernte – Ein Bilderbuch für Kinder, Springer 2004

Reddemann L.: Imagination als heilsame Kraft. Zur Behandlung von Traumafolgen mit ressourcenorientierten Verfahren. Pfeiffer bei Klett-Cotta, Stuttgart 2001

Tinker R H., Wilson S.: EMDR mit Kindern. Paderborn 2000

Egle, Hoffmann, Joraschky: Sexueller Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung. Schattauer 1997

Hausmann C.: Handbuch Notfallpsychologie und Traumabewältigung. Wien 2003

Streeck-Fischer A., Sachsse U., Özkan I.: Körper Seele Trauma Göttingen 2001

Meyer-Glitza E.: Wenn Frau Wut zu Besuch kommt. Therapeutische Geschichten für impulsive Kinder. Salzhausen 2003

Kemper, F.: Wie ich mir eine Ausbildung in klienten-personenzentrierter Kinderpsychotherapie vorstelle. GWG-Info, 56

Saller, H.: Vortrag "Die Not der Kinder verstehen" 1999 Fachtagung Verein Hilfen für Eltern und Kinder in Linz

Hüther, G.: Wie aus Streß Gefühle werden. Göttingen 1997  
Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn.  
Göttingen 2001

Brisch, K.H.: Bindungsstörungen Stuttgart 1999

