

## Behandlungsmethoden in der Speziellen Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen (DeGPT)

- EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)
- PITT- KID (Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie für Kinder und Jugendliche)
- KIDNET (Narrative Expositionstherapie für Kinder)
- Traumabezogene Spieltherapie
- strukturierte Trauma-Interventionen

## Meine Schwerpunkte in der Speziellen Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen (DeGPT) sind:

- EMDR
- Traumabezogene Spieltherapie



Hembergstraße 28  
27726 Worpswede  
Tel.: 04792/9565775  
[www.praxis-hunter.de](http://www.praxis-hunter.de)

Termine können nach telefonischer Absprache erfolgen.



## SPEZIELLE PSYCHOTRAUMATHERAPIE mit Kindern und Jugendlichen (DEGPT)

### Was ist ein Trauma?

Das Wort Trauma ist das griechische Wort für Wunde.

Ein Psychotrauma ist eine schwere seelische Verletzung.

Die Seele ist Alles – der ganze Geist – in uns.

### Beispiele für ein mögliches Psychotrauma:

Unfälle, Naturkatastrophen, körperliche und emotionale Gewalt, sexueller Missbrauch, Mobbing, Trennung/ Scheidung der Eltern, Verwahrlosung, wenn ein Kind hungern und/oder dursten muss, wenn Babys/ Kleinkinder ohne Beziehungsaufnahme rein mechanisch (ohne Liebe und Zuwendung) versorgt werden, wenn ein Kind als Erwachsener behandelt wird (z.B. Partnerersatz) und damit total überfordert wird, wenn das Kind das Handeln der Eltern unter Alkohol- bzw. Drogeneinfluss bzw. im Entzug erlebt und seine eigenen Bedürfnisse dabei nicht wahrgenommen werden, wenn das Kind in den Wahnwelten von psychotischen Eltern leben muss, plötzlicher Verlust von vertrauten Menschen (z.B. Tod eines Elternteils, Trennung von der Mutter bei Adoption) und sozialer Sicherheit, ...

Wie bei allen Traumabehandlungen gilt auch hier der Grundsatz:



## Spezielle Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen (DeGPT)

Bei einem Trauma werden 4 grundlegende Lebensüberzeugungen erschüttert:

- Sich sicher zu fühlen.
- Sich wertvoll zu fühlen.
- Vertrauen zu können.
- Das eigene Leben kontrollieren zu können.

Durch diese Erschütterung wird das Fundament einer gesunden und selbstbewussten Persönlichkeitsentwicklung zerstört. Dir, deinen Eltern, Lehrern und anderen Personen aus deinem Umfeld ist bestimmt aufgefallen, dass du dich seit diesem schlimmen Erlebnis verändert hast: Du bist vielleicht ängstlich/panisch oder du suchst sehr intensiv die Nähe von Mama/Papa oder du wirst schnell ohne erkennbaren Grund wütend oder du kannst dich nicht mehr konzentrieren – bist wie „weg geschaltet“ oder du kannst nachts nicht mehr schlafen. Alle meckern herum, weil du doch so alltägliche Dinge wie Schulzettel abheften vergisst oder deine Noten vielleicht schlechter geworden sind. Obwohl du auch nicht weisst warum das alles nicht mehr so klappt, fühlst du dich noch schlechter, ja sogar nutzlos, weil du es sowieso niemandem Recht machen kannst. Es ist wie ein Teufelskreis. Aber auch wenn deine Eltern oder andere Personen versuchen dich zu stärken, kannst du dies nicht wirklich annehmen, weil deine grundlegenden Glaubensmuster erschüttert worden sind. Was auch immer auf dem mittlerweile instabilen Fundament aufgebaut wird, kann nicht von langer Dauer sein und wird früher oder später zusammenbrechen, weil das belastende Erlebnis eine Wunde hinterlassen hat. Sehr wahrscheinlich hat deine Wunde schon eine Kruste, aber durch Trigger (Auslöser) oder erneute Verletzungen wird deine ursprüngliche Wunde erneut aufgerissen. Die nicht verheilte Wunde hat ähnliche Auswirkungen wie innere Blutungen, die nicht ohne ausreichende Pflege, professionelle Behandlung und Sicherheit heilen kann.

## Traumafolgestörungen

Die persönliche Bedeutung, die eine betroffene Person dem traumatisierenden Ereignis gibt, beeinflusst hauptsächlich den Verlauf der Entwicklung einer möglichen Traumafolgestörung.

Je jünger die Kinder sind, desto gravierender sind die Auswirkungen auf das sich noch entwickelnde Gehirn von Kindern.



Ich werde ohne erkennbaren Grund total wütend und raste dann aus, obwohl ich gar nicht weiß warum ...



Ich habe sehr viel Angst, manchmal sogar Panik, ich traue mir nichts mehr zu, ich weine viel, ich suche sehr oft die Nähe von Mama/Papa ...



Ich kann nachts nicht mehr schlafen, kann mich schlecht konzentrieren, habe das Gefühl „wie weg“ zu sein ...

Die Symptome können variieren.

## Veränderungen im Gehirn

*Erklärungsmodell nach A. Krüger aus Powerbook. Erste Hilfe für die Seele. Trauma - Selbsthilfe für junge Menschen:*

„Das Gehirn besteht aus 3 Teilen: Dem Stammhirn, dem Mittelhirn und dem Großhirn, die folgende Aufgaben haben: Das Stammhirn (Eidechsenhirn) ist für automatische Reaktionen wie z.B. Flucht und Kampf verantwortlich. Im Mittelhirn (Katzenhirn) entstehen einerseits die Gefühle, die hier auch gesteuert und kontrolliert werden. Andererseits werden hier auch Erinnerungen gespeichert, das Gedächtnis hat hier seinen Platz und andere verschiedene Funktionen werden hier geregelt. Im Großhirn (Professorhirn) werden Pläne geschmiedet; es hat quasi die Chefrolle. Normalerweise schläft das Eidechsenhirn und das Katzenhirn arbeitet ausgeglichen mit dem Professorhirn zusammen. Wenn aber eine traumatische Situation stattfindet oder aber Trigger (Auslöser) vorhanden sind, wird das Eidechsenhirn wach und übernimmt die Herrschaft. Es beeinflusst das Katzenhirn wie auch das Professorhirn: Das Eidechsenhirn setzt den ganzen Körper „unter Strom“ (was sich anfühlt als hätte man 3 Flaschen Cola getrunken) und hält somit die Muskeln warm, damit der Körper besser auf Flucht oder Kampf reagieren kann. Das Eidechsenhirn beeinflusst das Katzenhirn, indem sie die Flashbacks (Blitz Erinnerungen) auslöst, was wiederum heftige Gefühle auslöst. Das Professorhirn wird auch beeinflusst, indem die Gedanken auf Gefahr programmiert werden. Damit diese Veränderungen den Menschen nicht zu sehr unter Druck setzen, setzt die Dissoziation ein. Das ist ein Schutzmechanismus des Körpers, der bewirkt, dass man wie weggeschaltet ist, seine eigenen Gefühle wie auch alles um einen herum nicht mehr wahrnimmt und man sich an vieles nicht mehr erinnern kann.“

Wenn traumatische Erlebnisse nicht verarbeitet werden, behindern sie die Entwicklung bestimmter Hirnfunktionen, was zu Entwicklungsverzögerungen, Verhaltensauffälligkeiten und Persönlichkeitsveränderungen führt.

**Traumafolgestörungen wirken sich auf alle Lebensbereiche (Familie, Schule, Freizeit, ...) aus und nicht nur auf den Lebensbereich, in dem es stattgefunden hat.**