

# Familien mit psychisch kranken Eltern



AUSWIRKUNGEN DER PSYCHISCHEN  
ERKRANKUNG AUF DAS  
FÜRSORGEVERHALTEN DER ELTERN UND  
DIE BINDUNGSENTWICKLUNG DER KINDER  
HILFEN IM MULTIINSTITUTIONELLEN  
KONTEXT

©HIPP

# Transgenerationale Übertragung der psychischen Erkrankungen



- **Erbliche Disposition: Funktionsstörungen des Gehirns (Neurotransmitter); *medikamentöser Behandlung***
  - Schizophrenie (z.B. auch Wochenbettpsychose)
  - manisch-depressive Erkrankung (z.B. auch Wochenbettdepression)
- **Frühkindliche Bindungsstörungen (emotionale Vernachlässigung), Traumata z.B. unverarbeitete Beziehungsabbrüche (Bindungsverluste), Gewalt, sexueller Missbrauch: epigenetische Veränderungen der vegetativen Stressbewältigungssysteme, neurobiologische Strukturstörungen; *Psychotherapie***
  - Angststörungen, Depressionen (komplexe posttraumatische Belastungsstörung)
  - Persönlichkeitsstörungen
  - Psychosomatische Störungen
  - Suchterkrankungen

# Einteilung der Traumata

## neurobiologische und epigenetische Veränderungen



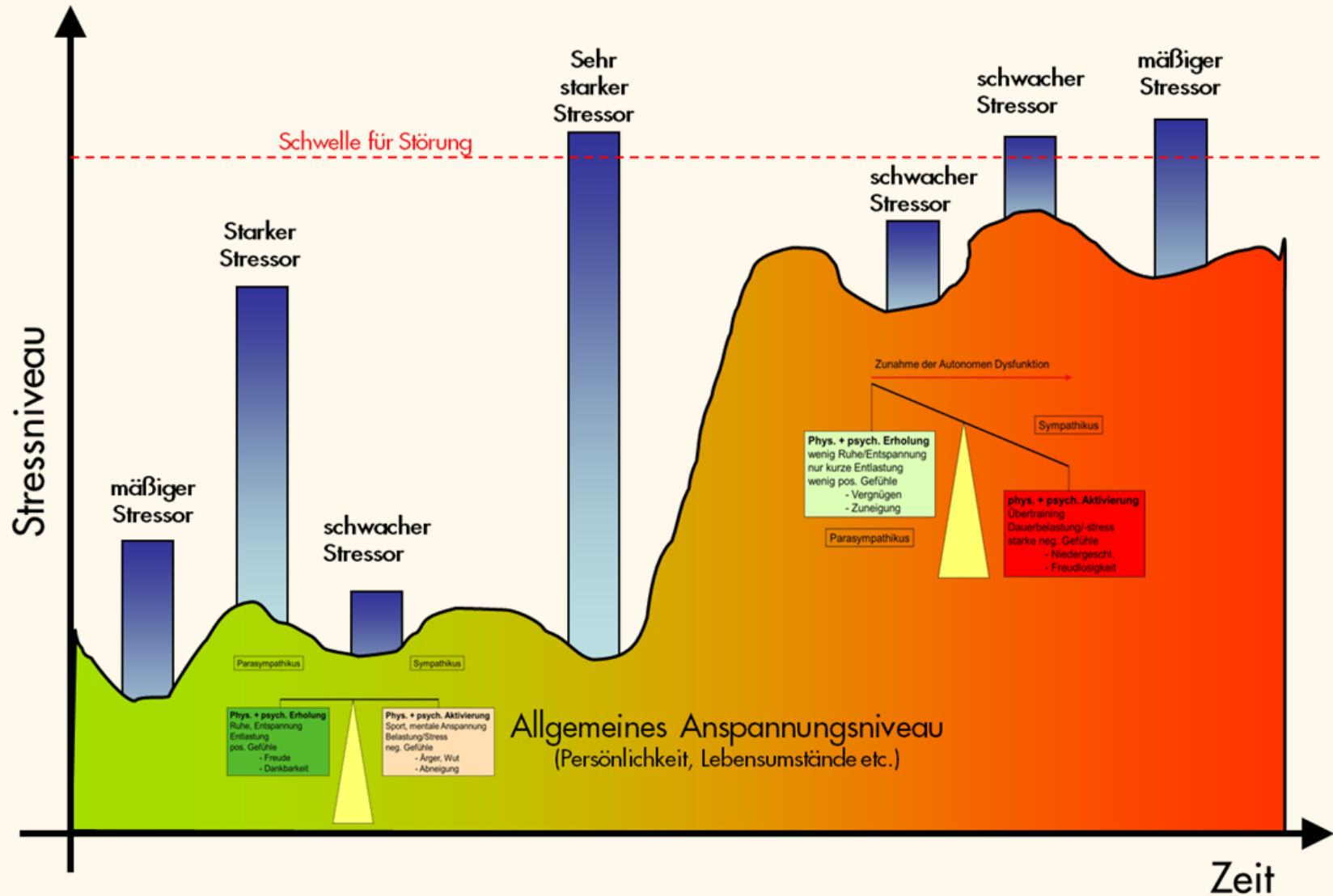
- **Existenztrauma:** Todesnäherfahrung z.B. Unfall, Naturereignis, interpersonale Gewalt z.B. Überfall, Folter, sexueller Missbrauch etc.
- **Verlusttrauma:** Tod des Kindes, des Partners, der Eltern, Heimaufenthalte, Adoptiv-Pflegeeltern etc.
- **Entwicklungsstrauma** (Bindungsstörung, sequentielles Trauma): emotionale Vernachlässigung, Lieblosigkeit
- **Bindungssystemtrauma:** Familiensystem (oder gesamte Gesellschaft) werden von Trauma dominiert (z.B. Kriegsfolge): dissoziativer Lebensstil (Verleugnung, Empathielosigkeit), Kompensation (Arbeit, Religion, Alkohol), Symptombildung (Depressionen, Gewalt), Retter-Täter-Opfer-Reinszenierungen („Drama-Dreieck“)

# Fehleinstellung der autonomen Stressbewältigungssysteme Notfallbereitschaft (Amygdala) im „Kriegsgebiet und Minenfeld“ (Trigger)



- Enges Stresstoleranzfenster (mittlerer regulierbarer Erregungsbereich, Lernfenster) im Dilemma zwischen:
- einem „Zu-Viel-Fühlen“, erhöhtes vegetatives Erregungsniveau, erhöhter Sympathikotonus (Hyperarousal): Ängstlichkeit, motorische Unruhe, Hilflosigkeit, Reizbarkeit, somatisches Unwohlsein (viszerale Missempfindungen, Schmerzen etc.), Schlafstörungen (Hypervigilanz) evtl. Intrusionen (bei Passivität, Ruhe, Allein-Sein), Flashbacks
- und einem „Zu-Wenig-Fühlen“, Abschaltmodus (Dissoziation), erhöhter Parasympathikotonus (Hypoarousal): Apathie, innere Leere (bis Depersonalisation), motorische Inaktivität, Betäubung (numbing), Iterationen (Schaukeln, Kopfschlagen etc.)

# Stressniveau



# Auslösung der Notfallprogramme: Risiko der primären Traumatisierung der Kinder



- „Fehlalarmierung“ der vegetativen Trauma-Netzwerke (Amygdala) bei Überforderung, Frustration, Triggerreizen (z.B. das kindliche Bindungsverhalten) →
- Reaktualisierung des Traumas („alter Film“, Flashback): Orientierungsverlust zu Zeit, Ort, Person (Hippocampus), Täterübertragung → Todesangst mit affektiver Überflutung
- Unkontrollierte Überlebensreaktionen mit katastrophischen Reflexmustern (Bottom-Up-Steuerung, Defensivreaktionen):
  - Furcht-Sympathikus-System (Adrenalin, Kortisol, Säugetiergehirn): Kampf (Wut) – Flucht (Angst) →
  - Panik-Bindungs-Parasympathikus-System (Oxytocin, Hemmung der Amygdala): Unterwerfung (Demutsgeste, Hilfeschrei)
  - Notabschaltung (Endorphine, „Totstellreflex“, Reptiliengehirn): Dissoziation (Trance), Erstarrung (Freezing), Fragmentierung der Erinnerung (Amnesie)

## Desorganisierte Bindung (Entwicklungsstrauma): Der Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt



- Entfremdung von sich selbst und der Welt (Einsamkeit, Leere, keine Zugehörigkeit) → Sehnsucht nach „regulierender“ (symbiotischer) Nähe (Geborgenheit)
- Gefühl der Schutzlosigkeit („gefrorene“ Ohnmacht)
  - Bedrohungsgefühl: Sehnsucht nach „schützender“ Nähe (kein Alleinsein!) → Sicherheit durch Unterwerfung (Abhängigkeit)
- Urmisstrauen (Beziehungsvorsicht nach elterlichen „Verrat“) → Sicherheit durch Distanz und Kontrolle (Autonomie)
  - Soziophobie: Angst vor „bedrohlicher“ Nähe → Kontaktvermeidung, Ablehnung von Beziehungsangeboten (Verständnis), soziale Isolierung
  - Eifersucht
  - Grenzüberschreitende Dominanz („instrumentelle“ Gewalt)

## Lateralisierte Gehirnaktivität: Spaltungsphänomene im Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt („Gut-Böse-Dichotomie“)



- Retterübertragung („guter“ Elternteil): „verführerische“ Interaktion; Idealisierte Bezugsperson wird im Rahmen einer Symbiose-Fantasie (Fusion) Versorger, Beschützer, Container (Ausschaltung des Bedrohungssystems, Mentalisierung der bedrohlichen Affekte); Verlust der Kritikfähigkeit bei der Fachkraft → kein Kinderschutz möglich!
- Täterübertragung („böser“ Elternteil): Nach Frustration der Symbiose-Bedürfnisse, Triggerverhalten (z.B. zu große Nähe), Intervention der Täterintjekte → Wut, Entwertung, Kontrolle (Aktivierung des Bedrohungssystems) mit projektiver Identifizierung und Kontaktabbruch, „Hopping-Verhalten“ (Karussell) oder rascher Wechsel von Nähe und Distanz („Ich hasse Dich, verlass mich nicht!“ mit On-Off-Beziehungen)
- Gegenübertragung: horizontale, vertikale und interinstitutionelle Spaltung des Helferfeldes in Retter (Verstrickung, Symbiose) und Täter (Kontrolle, Feindseligkeit)



# Trauma

emotionale Vernachlässigung, Gewalt, sexueller Missbrauch

Kindliche Trauma-Anteile  
„emotionale  
Persönlichkeit“

Angst,  
Hilflosigkeit, Ohnmacht,  
Scham- Schuldgefühle,  
Einsamkeit

Kontrolle: Zwänge,  
Selbstverletzung, Gewalt,  
Anorexie, Extremsport,  
Horten, Helfen

Überlebensanteile  
Bewältigungsstrategien

Vermeidung: Gefühle (Nähe), Sozialer Rückzug,  
Schule, Erwerbsarbeit, Termine, Post, Sexualität,  
Therapie

Wut

Ekel

Ablenkung: Arbeit, Internet, TV, Spielen, Sport, Sexualität

Betäubung: Alkohol, Medikamente, Drogen

Leere

Trost: Tiere, Kinder, Konsum, Essen, Flucht in  
Traumwelten (Pseudologia phantastica)

Unterwerfung: „Ja-Sagen“, Abhängigkeitsbeziehungen

**Täterintrojekte**  
Kritiker, Anpasser,  
Verfolger, Richter,  
Beschützer,  
Feuerwehr

Stress, Trigger

Schutzdeckel

Ressourcen zur Alltagsbewältigung z.B.  
Selbstreflexion, Empathie,  
Perspektivenwechsel, Affekt-Impulsregulation,  
Praktische Kompetenzen

Depression  
Schlafstörungen  
Angst/Panik  
Weglaufen (Flight)  
Suizidalität

Aggression  
Gewalt (Fight)

Abschalten  
Dissoziation  
(Freeze), Apathie

Erwachsenenanteil  
„anscheinend normale  
Persönlichkeit“

Voraussetzung für gelingende Entwicklungsprozesse: Mutter bildet „**sichere Basis**“ („intuitives Radarsystems“ für kindliche Signale, Beruhigung des Panik-Bindungssystems über Oxytocin-Vermittlung)

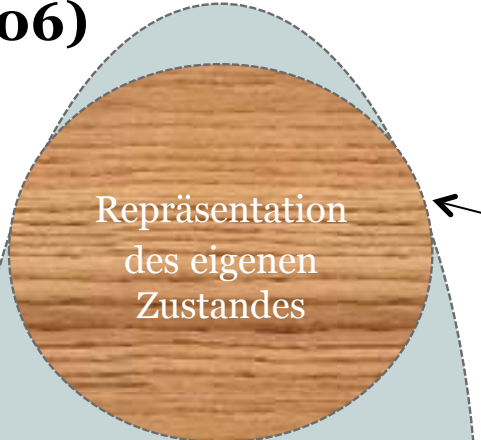


- Wahrnehmung der nonverbalen kindlichen Signale und Entwicklungsinitiativen (Mimik, Blicke, Zielbewegungen, Lautäußerungen)
- Richtige Interpretation der Signale in Abgrenzung von den eigenen Bedürfnissen (Einfühlungsvermögen, Selbstreflexion, Realitätsprüfung)
- Zeitnahe und angemessene Fürsorge: Responsivität mit oxytocinstimulierenden Reaktionen (Blickkontakt, Ansprache, Hautberührung, Nahrung etc.)

# Entwicklung der Affektregulation (Fonagy & Bateman 2006)

**Psychisches Selbst**

Sekundäre Repräsentation



**Körperliches Selbst**

Primäre Repräsentation



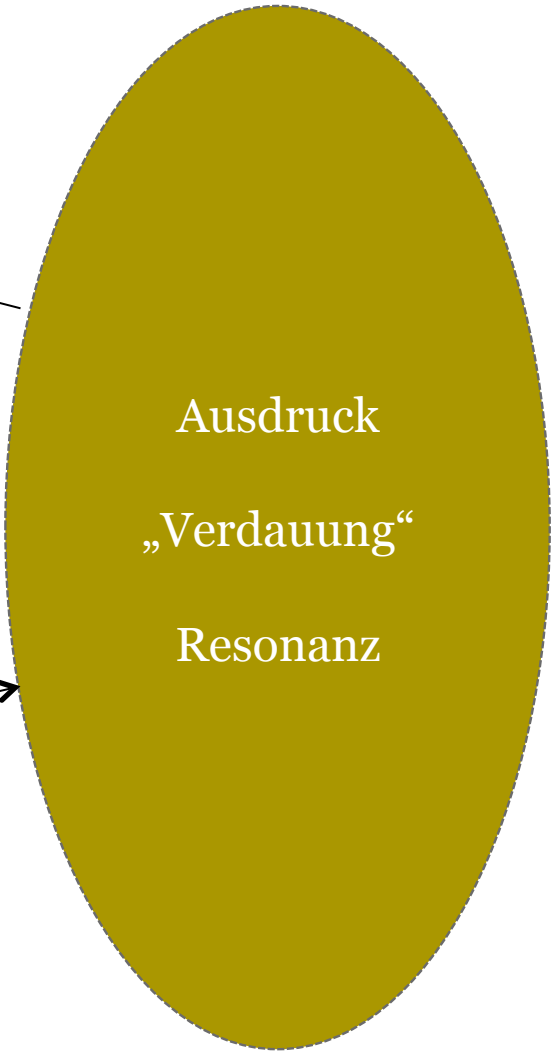
**Kind**

Markierte Spiegelung

Ausdruck des mentalisierten Affektes

Signal

Non-verbaler Ausdruck



**Bindungsperson**

# Mentalisierungsdefizit der Mutter: sekundäre Traumatisierung der Kinder



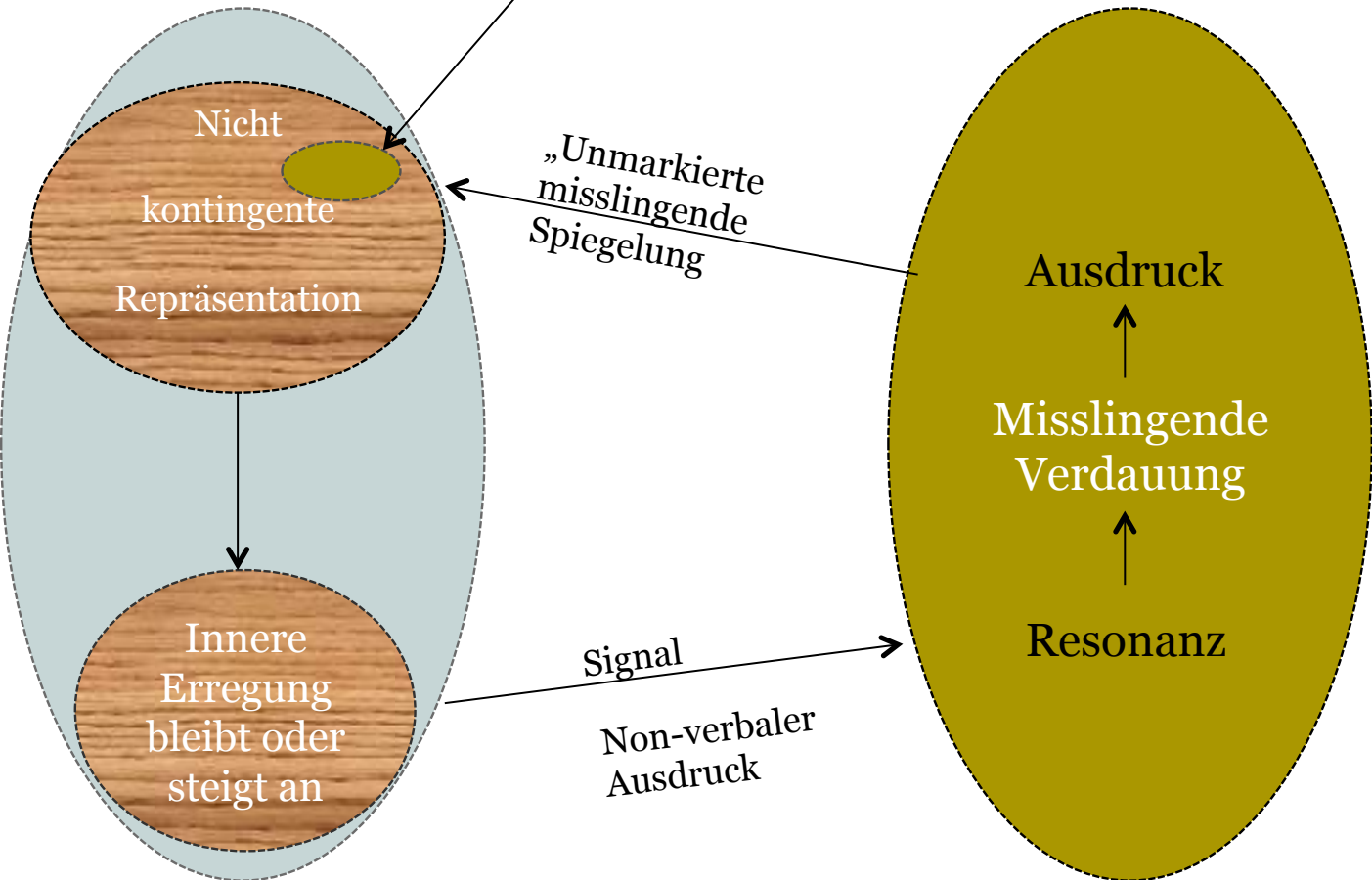
- Hohe Wahrnehmungsschwelle für kindliche Signale (Hyporeaktivität der Amygdala): High-Tension-State → Interaktion auf extremem Affektniveau
- Kein Spiegeln:
  - Vermeidungsverhalten (von „Triggerreizen“): Sprachlosigkeit, wenig Haut-Blickkontakt (kein Stillen!)
  - Dissoziation: Trance, Freezing (Verleugnung der Schwangerschaft!)
  - Antriebsstörung (z.B. Depression, Schizophrenie)
- Unmarkiertes (unreflektiertes) Spiegeln:
  - Infektion: Kindliche Angst wird unverändert oder verstärkt als eigene Emotion (Ansteckung mit Hilflosigkeit, Panik) gespiegelt
  - Bestrafung der kindlichen Bindungssignale oder Explorationsaktivitäten (evtl. Ablenkung durch Verwöhnung)
  - Inkongruenz (Unberechenbarkeit, Zeitverzögerung)
  - Invalidierung der kindlichen Emotionen
- Umkehr von Folgen und Leiten ohne Kontaktmomente

# Folgen desorganisierter Bindung (Bateman & Fonagy)

**Psychisches Selbst**  
Sekundäre  
Repräsentation

**Körper-Selbst**  
Primäre  
Repräsentation

Fremdes Selbst / eigener Körper als Objekt



**Kind**

**Bindungsperson**

# Hochkomplexe Hilfen in der multiinstitutionellen Kooperation



**SCHNITTSTELLENPROBLEMATIK,  
SYNERGIEEFFEKTE**

# Institutionelle Voraussetzungen zur Verbesserung der Passung zwischen Bedürfnissen (Erwartungen) der Klienten und den multiprofessionellen Angeboten



- **Frühe bindungsfördernde Hilfsangebote (Schwangerschaft!)**
  - Systemübergreifende Enttabuisierung (Schwangerschaftsberatungsstellen, Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Gynäkologen, Geburtskliniken, Kinderärzte, Kinder- und Jugendhilfe)
  - Niedrigschwelliger Zugang zur Psychiatrie (Klärung der gegenseitigen Erwartungen) → Diagnostik, Zugang zu psychiatrischen Therapieangeboten
  - Spezifische Interventionen: Videomethoden
- **Vernetzung mit Betreuungskontinuität: Präventionsketten sind Bindungsketten (Case-Management, Lotsenfunktion)**
- **Erwartungsdivergenzen: Hilfe zur Selbsthilfe** (rasche Autonomiegewinnung, Zielformulierung/ Überforderung) versus **Hilfe zur Stabilisierung** (Langzeitstrategie mit Kompensation und Substitution von Ressourcen, Versorgung der Kinder“); Arbeit an **Problemkongruenz!** (Auftragsklärung, Motivierung, Hilfeakzeptanz) z.B. Tandemmodell mit Kombination von ambulant betreutem Wohnen (Sicherheit, Stressreduktion) **und** Erziehungshilfe (Entwicklung, Interaktionsförderung)
- **Präventionsangebot (z.B. Kipkel)** für ältere Kinder: Information, Förderung der Selbstkenntnis, Bearbeiten der Schuldgefühle, Partizipation, Patenschaften, soziale Integration

# Traumapädagogik



VON DER BINDUNG ZUR EXPLORATION



# Aufbau eines äußeren sicheren Ortes (Beruhigung des Bindungssystems/Amygdala)



- Fachkraft als „Sicherheitsbeauftragter“, „Ersthelfer“, „Beziehungsvermittler“ und „Übersetzer“ von Handlungsbotschaften (Symptomen!) Ziel: Rückgewinnung des Glaubens an Schutzfähigkeit, Selbstwert und Fähigkeit zur Selbststeuerung
- Verstehensorientierter Zugang als Grundlage des Hilfeplanverfahrens (nicht gleichbedeutend mit „einverstanden sein“: „Absicht gut- Weg verkehrt!“); kein rascher Abbau störender oder dysfunktionaler Verhaltensweisen (Symptome), keine Reduktion auf Explorationsziele mit rascher Verselbstständigung
  - Beendigung von Vernachlässigung, emotionaler Misshandlung und Gewalt in Primärfamilie (Täterkontakt, Täterloyalität!); Verhinderung von Gewalthierarchien in Einrichtungen (Sicherheit für alle im Friedensgebiet!)
  - Struktursetzung (Aufrechterhaltung eines mittleren Stressniveaus):
    - Verbindliche Regeln nach individuellen Absprachen (angepasst an Selbststeuerungsvermögen) „Gleich ist nicht immer gerecht!“
    - Ritualisierung von Abläufen und Alltag (keine Unterbrechung durch Strafen!)

# Umgangsregeln / Gesprächsführung mit den Eltern: Sicherheit; Vermeidung von Überforderung



- **Transparenz:** Teilnehmer/innen, Beratungsthemen, Gesprächsdauer, Pausen etc.
- **Aktive Einstellung und Gesprächsführung** (Schweigen symbolisiert Desinteresse oder Bedrohung) mit Benennung der eigenen Ziele und Handlungen (Vorhersehbarkeit)
- **Ständige Überprüfung des Stressniveaus** (Feedback-Schleifen, keine längeren Monologe)
- **Störungen haben Vorrang:** Pause oder Vertagung bei Unruhe, Erschöpfung, Aggressivität, Absinken der Aufmerksamkeit etc.
- **Validierung** der Angaben (Trauma!) und Meinung der Eltern (Anerkennung auch abwegiger Perspektiven z.B. Opferrolle der Familie ohne eigene Verantwortung)
- **Vorsichtiger Umgang mit Konflikten** (Kritik an Handlung wird gleichgesetzt mit Ablehnung der Person): Jede Perspektivdifferenz (Kritik, Konflikt, Benennung von Defiziten) muss mit einer positiven Beziehungsbotschaft (z.B. „Wir arbeiten gut zusammen!“) und einem Ressourcenhinweis (z.B. „Sie haben wichtige Fortschritte gemacht!“) verknüpft werden.

# Angebot verlässlicher, Vertrauen schaffender „heilender“ Beziehungen

- Fachkraft als „Entwicklungshelfer/in“ (Exploration, Erzeugung einer „Entwicklungsstimmung“)
- Dialogischer Beziehungsaufbau: Wahrnehmen, annehmend spiegeln, deuten d.h. Zusammenhänge zu „besonderen“ Bedürfnissen, Nöten, Absichten herstellen (Strafe bedeutet Abbruch des Dialogs)
  - Bindungsangebot im mittleren Nähe-Distanz-Verhältnis als reale (Begrenzung) statt ideale Bezugsperson (Symbiose), wohlwollend (empathisch) und zugleich grenzsetzend („hart aber fair!“) sonst Teil der Täter-Opfer-Reinszenierung
  - Biografiearbeit (Genogramm):
    - Realisierung und Anerkennung des Traumas (kein Selbstverstehen ohne Trauma-Identifikation)
    - kohärentes Narrativ mit Historisierung des Traumas
    - Integration der psychischen Störung in die Lebensplanung (Verluste, Trauerarbeit)
    - Kokreation der Lebensgeschichte durch Aufmerksamkeitslenkung und Bedeutungszuschreibung; „Ressourcenschatzsuche“ (Überlebensstrategien nach „Beziehungskatastrophe“)
  - Hilfs-Ich-Funktion: Externe Affektregulation (Beruhigung, Tröstung) und Reizmodulation (Schutz) bei guter Stressregulation der Fachkraft (keine Ansteckung)
  - Teilhabe (Mitwirkung, Mitbestimmung), maximale Transparenz (Kontrollverlustängste!)
  - Situative Kontaktgestaltung (Anschluss an aktuellen Persönlichkeitsanteil/Übertragungskonstellation)

# Empowerment: Sicherheit durch Stärkung von Selbstwirksamkeit, Selbstkontrolle, Selbstwert, Selbstschutz



- Ressourcenaktivierung- und -entwicklung: Exploration mit Rückgewinnung der Handlungsfähigkeit unter Stress: Erfahrung der Selbstwirksamkeit und Bedeutung (Sinn); Lernen kann für das Selbstwernerleben genutzt werden.
- Arbeit an der Selbstregulation mit Selbstbeobachtung (Präfrontaler Kortex): Entwicklung eines Früherkennungssystems für Alarmzustände (Achtsamkeit, Stressskala); Distanzierungstechnik (Skills, Notfallkoffer z.B. DBT), Imaginationsübungen („sicherer innerer Ort“)
- angepasstes Tempo der Veränderung: Vermeidung von Überforderung, Betonung der Erfolge („Cheerleading“)
- Psychoedukation (Trauma-Aufklärung) als **entlastendes Wissen**: Information über unterschiedliche Affektzustände („Chaos“), Identitäten, Bedeutung von Ersatzhandlungen (Suchtmittel, Internetmissbrauch, Selbstverletzung)



**VIDEOUNTERSTÜTZUNG BEIM  
BINDUNGSaufbau**

**Förderung der Mutter-Kind-  
Beziehung in den ersten  
Lebensjahren**

# Videogestützte Interventionen:

Marte Meo, Video-Home-Training, Steep  
entwicklungspsychologische Beratung, „Safe“

- Analyse der Eltern-Kind-Interaktion mittels Videografie (Wahrnehmen, Folgen, Benennen, Bestätigen, Leiten)
- Entwicklungsdiagnostik- unterstützung und – prognose

# Nonverbaler Zugang zum limbischen System



- Einführung der Metaposition (Kamera als „spiegelnder externer Beobachter“) zum Training der Mentalisierung
- Erreichen des prozeduralen (bildhaften) Gedächtnisses → unbewusstes, automatisiertes Erfahrungs- und Handlungswissen, Skills, Beziehungsroutine (STEEP: „Seeing is believing!“)
- Kamera als Mikroskop zur Vergrößerung und Veranschaulichung winziger **gelungener Interaktion** Mutter/Kind (Lernen an sich selbst statt Lernen am Modell)

# Wirkfaktoren der videogestützten Verfahren



- Widerlegung dysfunktionaler Annahmen der Bindungsperson (Hilflosigkeit, Ablehnung durch das Kind) durch Realitätsprüfung → neue mentale Repräsentationen des Selbst und des Kindes
- Stärkung der Selbstwirksamkeitsüberzeugungen (Beruhigung des Bindungssystems der Eltern) → Sicherheit in emotionaler Nähe!
- Kreation einer „Entwicklungsstimmung“ durch beliebige Wiederholung der „Magic Moments“ („gute“ Bilder, Kontaktmomente), Genießen (Glückshormone !) → Lösungsorientierung, Aktivierung des Explorationssystems
- Ermöglichen nachhaltiger Lernerfahrungen (Kontakt, Folgen, Benennen, Leiten etc.) durch Wiederholung im Sinne der Stärkung der Mentalisierungsfähigkeit (reflexiver Modus): Verbindung von prozeduralem (unbewusst, bildhaft, handlungsorientiert) und semantischem (chronologisch, kausal, regelorientiert) Gedächtnis
- Überwindung des Hilfe-Kontroll-Dilemmas (Geschenke statt Aufgaben!)



# Buchempfehlungen / Internetkontakt



Bessel van der Kolk

## **Verkörperter Schrecken**

*Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann*

Bei **Probst Verlag**

Bundesarbeitsgemeinschaft der Kinderschutz-Zentren e.V.

## **Ein verrücktes Leben – Hilfen für Kinder und ihre psychisch kranken Eltern**

Köln, Januar 2016

Frank Fischer

## **Sucht, Trauma und Bindung bei Kindern und Jugendlichen**

Bei Kohlhammer, Juli 2018

Scherwarth , Friedrich

## **Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung**

Ernst Reinhardt Verlag München Basel, 2016

Dr. A. Dexheimer (Hrsg.)

## **Jugendhilfe – Gelingende Kooperation in der Jugendhilfe**

Heft 3, Juni 2016, 54. Jahrgang

[www.bag-kipe.de](http://www.bag-kipe.de) Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder psychisch kranker Eltern