

# Psychische Krankheit und Elternschaft



AUSWIRKUNGEN AUF DAS ELTERLICHE  
FÜRSORGEVERHALTEN UND DIE KINDLICHE  
BINDUNGSENTWICKLUNG

©HIPP

# Transgenerationale Übertragung der psychischen Erkrankungen



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

# Fehleinstellung der autonomen Stressbewältigungssysteme (Notfallbereitschaft)



- Hyperaktives Panik-Bindungs-System: erhöhtes emotionales Erregungsniveau (Hyperarousal), Bedrohungsgefühl, Angst vor Verlassen-Werden (Allein-Sein), Reizbarkeit, Hilflosigkeit, Schlafstörungen (Hypervigilanz)
- Enges Stresstoleranzfenster (Lernfenster, mittlerer regulierbarer Erregungsbereich): Dilemma zwischen einem „Zu-Viel-Fühlen“ (vegetativer Übererregung, evtl. Panik, Flashbacks) und einem „Zu-Wenig-Fühlen“ (Dissoziation, Abschaltmodus, innere Taubheit)

# Auslösung des Notfallprogramms: Risiko der primären Traumatisierung der Kinder



- „Fehlalarmierung“ der vegetativen Traumanetzwerke (Amygdala) bei Überforderung, Frustration, Triggerreizen oder Aktivierung des **Annäherungs-Vermeidungs-Konfliktes** (z.B. kindliches Bindungsverhalten) →
- Reaktualisierung des Traumas („alter Film“): Orientierungsverlust (Zeit, Ort, Person), Täterübertragung → Todesangst mit affektiver Überflutung
- Unkontrollierte Überlebensreaktionen mit katastrophischen Reflexmustern (Bottom-Up-Steuerung, Defensivreaktionen):
  - Furcht-Sympathikus-System: Kampf (Wut) – Flucht (Angst) →
  - Panik-Bindungs-Parasympathikus-System: Unterwerfung (Hilfeschrei)
  - Notabschaltung („Totstellreflex“): Dissoziation/Erstarrung (Freezing)

## Biopsychosoziale Traumafolgen: Der Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt



- Entfremdung von sich selbst und der Welt (Einsamkeit, keine Zugehörigkeit) → Sehnsucht nach „regulierender“ (symbiotischer) Nähe
- Gefühl der Schutzlosigkeit („gefrorene“ Ohnmacht)
  - Bedrohungsgefühl (Sehnsucht nach schützender Nähe, kein Allein-Sein!)
  - Soziophobie (Angst vor „bedrohlicher“ Nähe, Vermeidungsverhalten)
- Urmisstrauen (Beziehungsvorsicht nach elterlichen „Verrat“) → Angst vor „bedrohlicher“ Nähe
  - Ablehnung von Beziehungsangeboten
  - Eifersucht
  - Kontrolle

# Trauma-Brille: Spaltungsphänomene im Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt



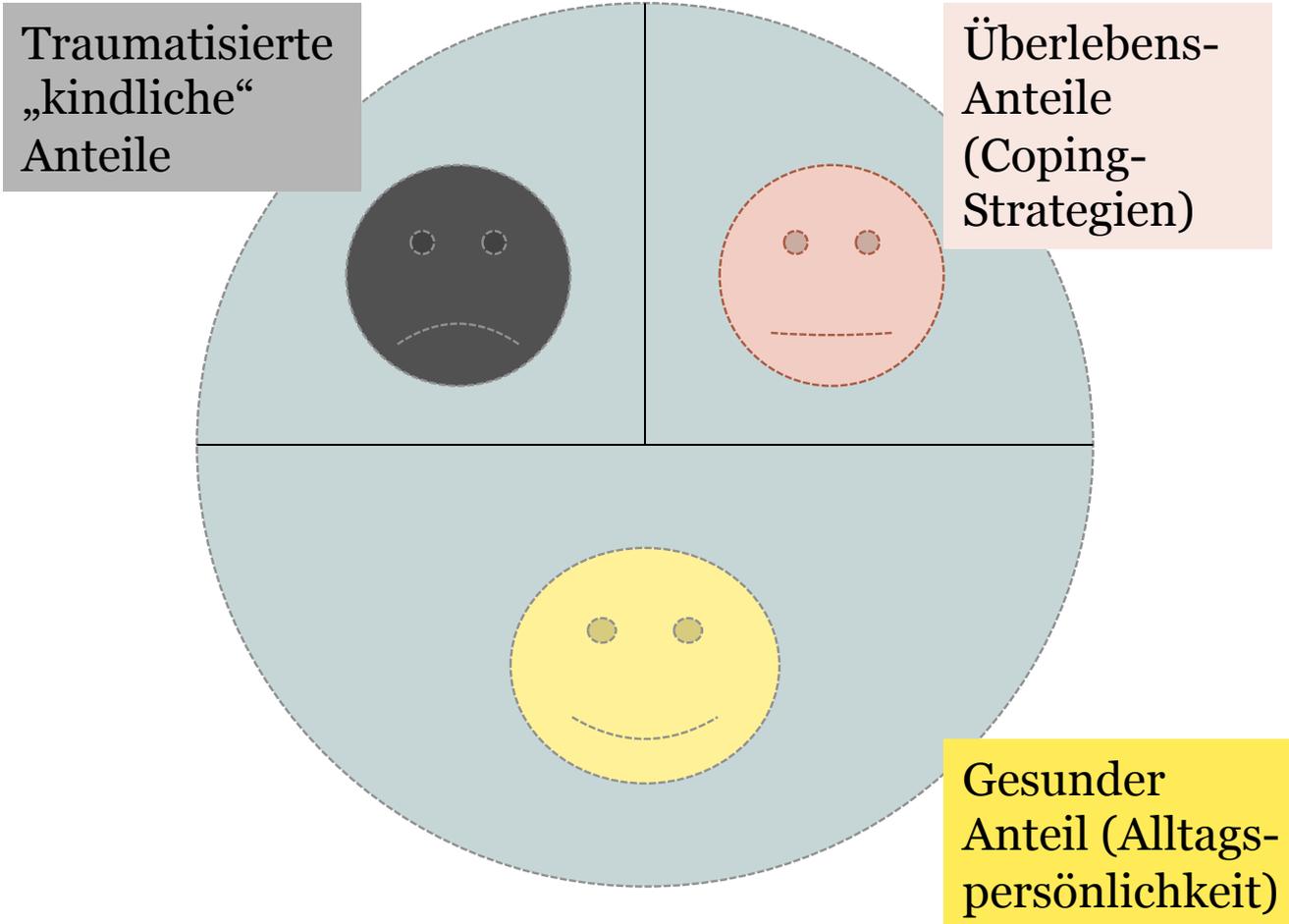
- **Phobien gegenüber Bindung und Bindungsverlust (Kognitive Blockade), „Gut-Böse-Dichotomie“:**
  - Retterübertragung („guter“ Elternteil): Idealisierte Bezugsperson wird im Rahmen einer Symbiose-Fantasie (Fusion) Beschützer, Container (Ausschaltung des Bedrohungssystems, Mentalisierung der bedrohlichen Affekte); „verführerische“ Interaktion ; Verlust der Kritikfähigkeit bei der Fachkraft → kein Kinderschutz möglich!
  - Täterübertragung („böser“ Elternteil): Nach Frustration der Symbiose-Bedürfnisse Wut, Entwertung, Kontrolle (Aktivierung des Bedrohungssystems) mit projektiver Identifizierung und Kontaktabbruch, „Hopping-Verhalten“ oder rascher Wechsel von Nähe und Distanz („Ich hasse Dich, verlass mich nicht!“)
  - Gegenübertragung: Spaltung des Helferfeldes in Retter (Verstrickung, Symbiose) und Täter (Kontrolle, Feindseligkeit)

# Diagnose und Prognose bei Persönlichkeitsstörungen



- Nachweis von Traumatisierungen in der Vorgeschichte: Vernachlässigung, Bindungsabbrüche (z.B. Heimaufenthalte, Pflegefamilie, Tod eines Elternteils etc.), Gewalt, sexueller Missbrauch etc.
- Beziehungsverläufe: Partner, Helfer, Arbeit etc.
- Aktuelle Symptomatik: Coping-Strategien (Selbstverletzung, Alkohol, Drogen, Essstörungen, Internetmissbrauch etc.)
- Mentalisierungsniveau: Problemkongruenz (Krankheitseinsicht) und Hilfeakzeptanz (Therapiemotivation)
- Fremdanamnese wichtiger als aktueller Untersuchungsbefund! (Täuschung als Überlebensstrategie!)  
→ Kooperations- (Begutachtungs-)problematik (Spaltung)

# Seelische Spaltungen nach Trauma-Erfahrungen ( modifiziert nach Franz Ruppert)



# Bewältigungsstrategien (Coping)

## 1. Vermeidung (Überlastungsschutz)

- Vermeidung (Überlastungs- oder Triggerschutz)
  - Konstriktion bei Triggergeneralisierung: Ausweitung der „Gefahrenzonen“ bis zur Handlungsunfähigkeit (depressiver Rückzug, Verstecken in der Wohnung, kein Öffnen der Post, keine Behördenkontakte, unzureichende Hilfeakzeptanz)
  - Soziophobie (Schamgefühl, Mentalisierungsdefizit, Misstrauen): Schulabsentismus, Abbruch von Ausbildungen → „Langeweile“, Überforderung, Außenseiterrolle, „Mobbing“, Ungerechtigkeit (Bestrafung von Kontrollverlusten)
- Kontrolle (Misstrauen, Zwänge, Gewalt)
- Flucht in Illusionswelten / Ablenkung z.B. Internet

# 3. Kompensation und Symptombekämpfung



- Hilfsobjekte: Tiere, Partner, Kinder, Übergangsobjekte
- Selbstverletzung: Affektregulation (Spannungsabbau, Rückgewinnung der Kontrolle); Abwehr von Dissoziationen und Flashbacks; Selbstbestrafung; soziale Funktionen (Aufmerksamkeit, Provokation, sekundärer Krankheitsgewinn)
- Essstörungen (Adipositas, Bulimie, Anorexie): affektive Regulation
- Alkohol und andere Drogen (Cannabis, Amphetamine) zur Selbstmedikation

# Kontaktgestaltung der Kleinkinder mit der Außenwelt



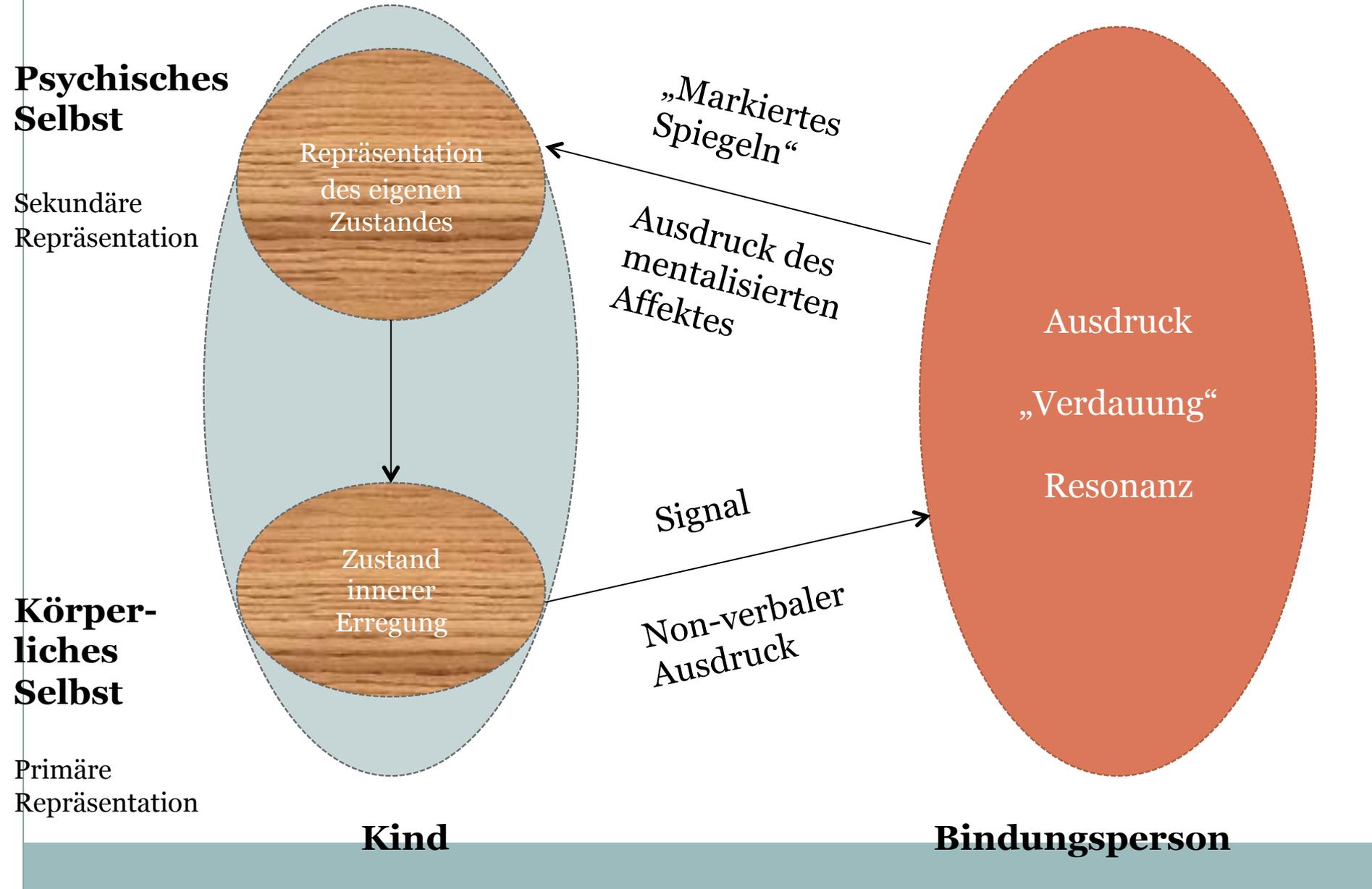
- Bindungsverhalten (Sicherheitssystem, Copingstrategie bei Stress):
  - Abhängigkeit von physischer Nähe der Bindungspersonen (Verfügbarkeit bei Gefahr): Protest bei Trennung
  - Suche der Nähe zu den Bindungspersonen zur Herstellung von Sicherheit und Versorgung bei Angst, Schmerz, Hunger etc.
- Explorationsverhalten (Neugierssystem)
  - Distanzierung von Bindungspersonen zur Erkundung der Außenwelt mit Annäherung an attraktive Ziele
  - Selbstwirksamkeitserfahrungen, Kompetenzerwerb beim Problemlösen (Dopamin / Endorphine → neuronale Vernetzung)
  - Anstrengung mit Frustrationstoleranz
  - Autonomieentwicklung (Erwachsenwerden) eingebettet in Beziehung, „bezogene“ Individuation (Zugehörigkeit/Individualität), Mentalisierung
  - „Bindung ist Bildung!“

Voraussetzung für gelingende Entwicklungsprozesse: Mutter bildet „**sichere Basis**“ (Intuition, Mentalisierung: „inneres Radarsystems“ für kindliche Signale, Beruhigung des Panik-Bindungssystems)



- 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 Reaktion (Responsivität, Kontingenz)

# Entwicklung der Affektregulation (Fonagy & Bateman 2006)



# Mentalisierungsdefizit der Mutter: sekundäre Traumatisierung der Kinder



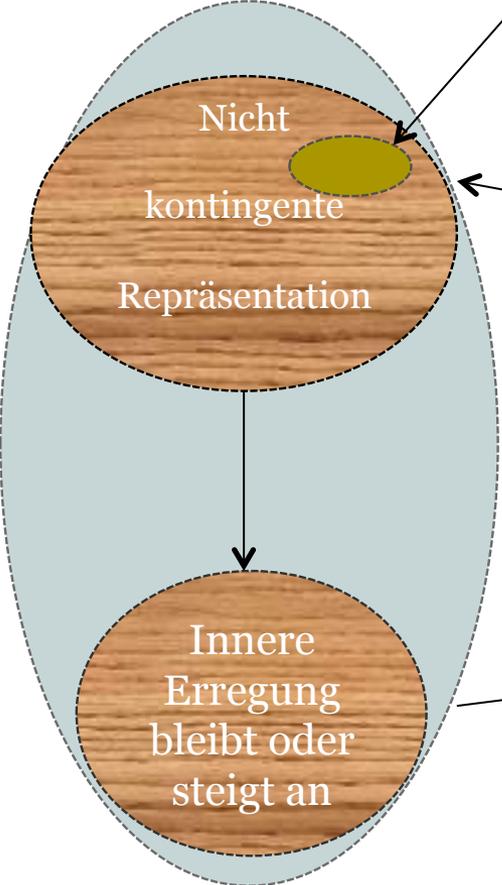
- Hohe Wahrnehmungsschwelle für kindliche Signale (Hyporeaktivität der Amygdala): High-Tension-State → Interaktion auf extremem Affektniveau
- Kein Spiegeln:
  - Vermeidungsverhalten (von „Triggerreizen“): Sprachlosigkeit, wenig Haut-Blickkontakt (kein Stillen!)
  - Dissoziation: Trance, Freezing (Schwangerschaft nicht wahrgenommen!)
  - 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

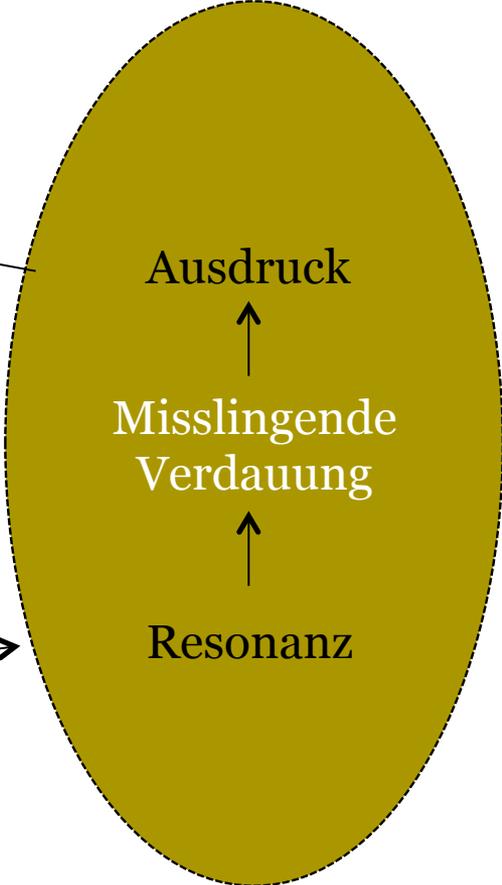
**Körper-Selbst**  
Primäre  
Repräsentation

Fremdes Selbst / eigener Körper als Objekt



**Kind**

„Unmarkierte  
misslingende  
Spiegelung



**Bindungsperson**

Signal  
Non-verbaler  
Ausdruck

# Aufhebung der Generationengrenzen: Das Kind als kleiner Erwachsener



- Das „böse“ Kind (Hyperaktivierung der Bindung): Das oppositionelle Kind wird in der Täterübertragung („böser Elternteil“) in seinen Bedürfnisäußerungen als böswillig erlebt und bekämpft
- Das „steuernde“ Kind (Hyperaktivierung der Bindung): Das Kind wird in der Überidentifikation idealisiert und erhält keine Grenzen („Verwöhnungsverwahrlosung“)
- Das „gute“ Kind (Parentifizierung, Rollenumkehr): Kind ist überangepasst, verleugnet die eigenen Bedürfnisse (Deaktivierung des Bindungssystems) und versorgt Eltern (Überforderung)

# Hochkomplexer Hilfebedarf als multiinstitutionelle Herausforderung



- Kultur der Abgrenzung: keine strukturbasierte systemübergreifende Kooperation
- Unübersichtlichkeit der komplexen Problemstellungen
- Aufwendige Abgrenzungserfordernisse zwischen den Institutionen
- Hohe Differenzierung und Spezialisierung der Ausbildungswege
- Stigmatisierung
- Doppelte Tabuisierung: der psychischen Störungen und ihre Auswirkung auf die Erziehungskompetenz

# Institutionelle Voraussetzungen multiprofessioneller Arbeit im Traumakontext



- Haltung/Bewusstsein: Bedeutung des Themas (Gefährdung der Kinder); integrative Wahrnehmung der Familien- und Helfersysteme (Kooperation im Zentrum der Hilfeerbringung; Multiproblemfamilien sind Multiinstitutionsfamilien!)
- Aufbau verbindlicher multiinstitutioneller, systemübergreifender Kooperationsstrukturen (Gesundheitswesen, Erwachsenen- Kinder- und Jugendpsychiatrie, Kinder- Jugendhilfe, Kita, Schule) mit Koordinationsfunktion
- Personen- und fallunabhängige Standardisierung
- Arbeit an einem gemeinsamen Fallverständnis: systemübergreifende Qualifizierung (Fähigkeit zum Perspektivwechsel)
- Ressourcenausweitung (Bindungsinvestment!)

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



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

# Traumapädagogik in der Elternarbeit



- **Beruhigung des Panik-Bindungssystems: Aufbau des sicheren äußeren Ortes**
  - Beziehungsarbeit (Fachkraft als „Sicherheitsbeauftragte“ und „Ersthelferin“): Externe Regulierung
  - Struktursetzung (Ordnung, Regeln) zur Orientierung (Gerechtigkeit)
  - Entlastung (Ämter, Erwerbsunfähigkeit), Energiemanagement
- **Förderung des Explorationssystems (Entwicklungsstimmung)**
  - Empowerment : Selbstwirksamkeitserfahrung unter Stress , realistische Zielsetzung, Psychoedukation
- **Mentalisierungstraining (Stirnhirnarbeit)**
  - Markierte Spiegelung (Benennen), Perspektivwechsel
  - Videomethoden (Marte Meo): Entwicklung des inneren Beobachters

# 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)

# Wirkungsfaktoren der videogestützten Bindungsförderung



- beliebige Wiederholung der „Magic Moments“ („gute“ Bilder, Kontaktmomente), Genießen (Glückshormone !), Kreation einer „Entwicklungsstimmung“ (Marte Meo ist Entwicklungszeit! → Lösungsorientierung)
- Widerlegung dysfunktionaler Annahmen der Bindungsperson (Hilflosigkeit, Ablehnung durch das Kind) durch Realitätsprüfung → neue mentale Repräsentationen des Selbst und des Kindes
- Stärkung der Selbstwirksamkeitsüberzeugungen (Senkung des Angstpegels) → Aktivierung des Explorationssystems der Mutter
- Ermöglichen nachhaltiger Lernerfahrungen (Kontakt, Folgen, Benennen, Leiten etc.) durch Wiederholung im Sinne der Stärkung der Mentalisierungsfähigkeit (reflexiver Modus)
- Überwindung des Hilfe-Kontroll-Dilemmas (Geschenke statt Aufgaben!)

# Buchempfehlungen / Internetkontakt



U. Beckrath-Wilking, M. Biberacher, V. Dittmar, R. Wolf-Schmid

## **Traumafachberatung, Traumatherapie & Traumapädagogik**

*Ein Handbuch für Psychotraumatologie im beratenden, therapeutischen & pädagogischen Kontext*

bei **Jungfermann**

Marita Krist, Christina Weisbrod, Adelheid Wolcke und Kathrin Ellermann-Boffo

## **Herausforderung Trauma**

*Diagnosen, Interventionen und Kooperationen der Erziehungsberatung*

in der Reihe "Bundeskongress für Erziehungsberatung"

bei **Beltz-Juventa**.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Kinderschutz-Zentren e.V.

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

Köln, Januar 2016

Christel Spitz-Güdden (Hrsg.)

## **Praxishandbuch Kinder unter 3 – Basiswissen . Umsetzung . Materialien**

Nr. 16, Juli 2015

bei **OLZOG Verlag**

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