

# „Wenn ich groß bin, möchte ich Kinderarzt werden“

## TEIL II

**Streiflichter aus der trauma-psychotherapeutischen Behandlung des 9-jährigen Flüchtlingskindes Javid – Zugleich: Eine Einführung in die PENTAGRAMM-TRAUMATHERAPIE als einer waldorforientierten Traumatherapie-Methode für Kinder, Jugendliche und in der Kindheit/Jugendzeit traumatisierte Erwachsene**

Vortrag von Annette Junge-Schepermann, gehalten im November 2017 bei der GAÄD-Tagung in Kassel zum Thema „Psychotrauma“ sowie bei der Notfallpädagogischen Jahrestagung der Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners im Juni 2019 am Parzival - Zentrum in Karlsruhe zum Thema „Notfallpädagogik - Wie Pädagogik verletzten Kinderseelen helfen kann“

Im 1. Teil des Vortrages wurde zunächst die Geschichte des schwer traumatisierten Flüchtlingsjungen Javid erzählt und gleichzeitig die anthroposophisch erweiterte, waldorforientierte Traumatherapie-Methode PENTAGRAMM-TRAUMATHERAPIE, nach der er behandelt wurde, in ihren Grundzügen entwickelt.

Im 2. Teil des Vortrages wird nun die trauma-psychotherapeutische Behandlung von Javid sowie die Mitbegleitung seines sozialen Umfeldes entlang dieser bewährten Reihenfolge der 5 x 5 Phasen der Pentagramm-Traumatherapie beschrieben.

Zur Erinnerung hier noch einmal der Überblick über die 5 x 5 Behandlungsphasen:

**Die 5 Haupt-Phasen der Pentagramm-Traumatherapie umfassen:**

- I. **Das Absichern der Äußerer und Sozialen Sicherheit, d.h. das Finden und Absichern von äußeren und sozialen Schutzräumen,** je nach der Dynamik im System u.U. in Form von einer der folgenden bewährten 5 Schutz-Möglichkeiten:
  1. **Schutz für das ganze System bei Gefahr von außen**  
z.B. Flüchtlingsunterkunft, gesicherter Aufenthaltsstatus, Anerkennung als Opfer von politischer Verfolgung im Herkunftsland
  2. **Schutz für einen Teil des Systems bei Gefahr von einem (oder mehreren) Familienmitglied(ern)**  
z.B. Frauenhaus, Wegweisung, Platz-/ Kontaktverbot, Unterlassungsverfügung nach dem Gewaltschutzgesetz
  3. **Schutz eines Jugendlichen (oder mehrerer Jugendlicher und ggf. Kinder) der Familie bei Gefahr durch die Eltern bzw. den Rest des Systems**  
z.B. Betreute Jugend-Wohngruppe, Heilpädagogisches Heim, Pflegeeltern, KJPP
  4. **Schutz eines Kindes (oder mehrerer Kinder) der Familie bei Gefahr durch die Eltern bzw. den Rest des Systems**  
z.B. Kinderschutzhäuser, Pflegefamilien, begleiteter Umgang, KJPP

## **5. Schutz eines oder mehrerer Kinder oder Jugendlicher bei Gefahr durch die Dynamik im System**

z.B. bei Ausgrenzungstendenzen gegenüber dem Kind oder Jugendlichen durch das System - beispielsweise bei drohendem Sichtbarwerden von verleugneten Familiengeheimnissen im System aufgrund von Aussagen des Kindes oder Jugendlichen: Unterbringung in einer haltgebenden Ersatzgemeinschaft oder temporäre Unterbringung auf einer geschlossenen Station der KJPP zum Schutz vor Ausgrenzung, Schuldzuweisungen und Entwertungen/ Kränkungen durch das System u./o. vor eigenem reaktiven selbstverletzenden oder suizidalen Verhalten

## **II. Das Herstellen und Erweitern der sog. Äußeren Stabilität**

- bezüglich der folgenden 5 wesentlichen Lebensbereiche:

1. Wohnen
2. Arbeit/Schule
5. Beziehungen
4. Gesundheit
5. Spiritualität/Werte-Orientierung

## **III. Das Herstellen und Stabilisieren der sog. Inneren Stabilität**

– unter Berücksichtigung der folgenden 5 bewährten Stabilisierungsmethoden:

1. Distanzierung
2. Separation
3. Ressourcenmobilisierung
4. Schutzimaginationen
5. Innere Kind-Arbeit

## **IV. Trauma-Begegnung und Trauma-Integration:**

unter Zuhilfenahme von möglichst schonenden Konfrontations-Techniken – unter Berücksichtigung der folgenden 5 entscheidenden Elemente

1. Distanzierung
2. Separation
3. Ressourcenmobilisierung
4. Schutzimaginationen
5. Detaillierte Trauma-Durcharbeitung unter Zuhilfenahme von traumaadaptierten Sandspiel- und Integrationstechniken abgeleitet nach BASK, SE und/oder EMDR

## **V. Trauern, Sinnsuche und Trauma-Transformation:**

Anerkennen, Trauern, Sinnsuche, Mut schöpfen, Aufbruch und Neubeginn - unter Berücksichtigung von Elementen aus der systemische Aufstellungs- und Ritualarbeit und der anthroposophisch orientierten Biographie-Arbeit:

1. Distanzierung
2. Anerkennen, was geschehen und was ggf. verloren ist, Realisieren: Es ist vorbei!
3. Realisieren, was bleibt: Ressourcen, Möglichkeiten, Handlungsspielräume
4. Verluste betrauern, Verlorenes verabschieden, neue Lösungen zu sich einladen
5. Sinnsuche, neuen „Löwenmut“ entwickeln, den Lebensfaden wieder aufzunehmen und neue Aufgaben zu finden, Aufbruch und Neubeginn

# Die 5 x 5 Phasen der Pentagramm-Traumatherapie im Überblick:

## I. „Äußere und soziale Sicherheit“ – Finden von Schutzräumen

Beispielhafte Schutzräume:

1. Flüchtlingsunterkunft
2. Frauenhaus
3. Betreute Jugend-WG
4. Kinderschutzhaus/Pflegef.
5. Heilpäd. Heim/geschl. KJPP

### Zu I. „Äußere Sicherheit“

Parteilichem Sortieren: Wer ist im Sinne des Kinderschutzes (noch) „UnterstützerIn“ und wer gegebenenfalls (doch) „Mit-TäterIn“ im System?

**Im Sinne der Regel: Traumatherapie hat nur Aussicht auf Erfolg, wenn:**

- Eindeutiges Ende der Gewalt !
- Ausnahmslos: Kein TäterInnen-/Mit-TäterInnen-Kontakt !
- Anerkennung des Opferstatus im sozialen Umfeld ohne jegliches Bagatellisieren und ohne jegliches Wenn und Aber !
- **!!! FIRST THINGS FIRST!!! – no exceptions !!! -**

**In diesem Sinne:**

**Auffinden und Absichern von adäquaten äußeren und sozialen Schutzräumen als unabdingbare Voraussetzung für alles Weitere!**

## III. „Innere Stabilität“ Beruhigung des neurobiologischen Notfall-Programms

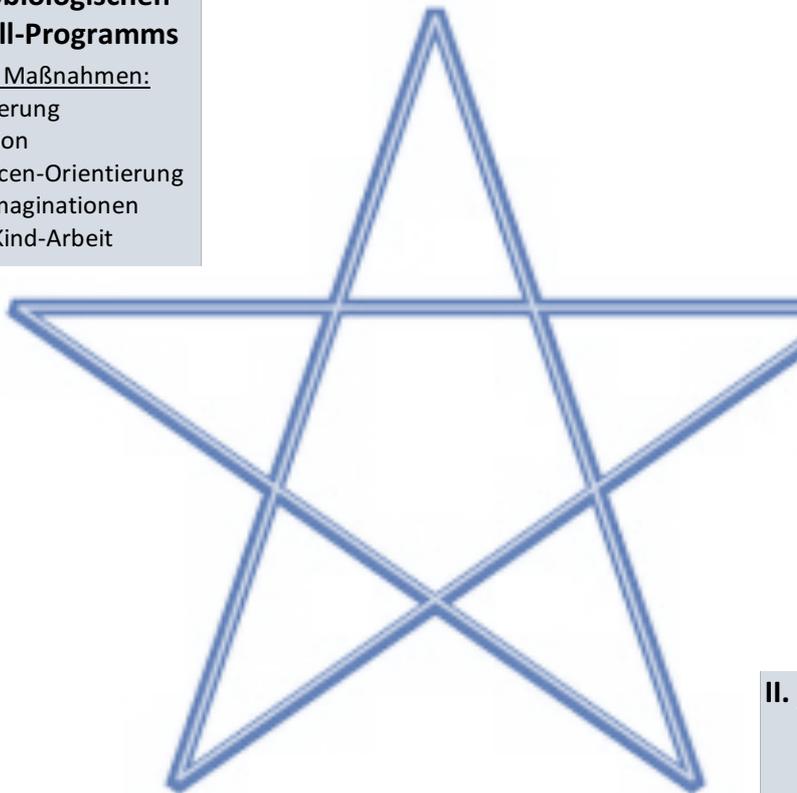
5 bewährte Maßnahmen:

1. Distanzierung
2. Separation
3. Ressourcen-Orientierung
4. Schutzimaginationen
5. Innere-Kind-Arbeit

## IV. „Trauma-Begegnung und Trauma-Integration“ - unter Berücksichtigung von BASK, SE und EMDR

5 wesentliche Elemente:

1. Distanzierung
2. Separation
3. Ressourcen-Mobilisierung
4. Einsatz zuvor erarbeiteter Schutzimaginationen
5. Durcharbeiten nach BASK, SE, EMDR



## II. „Äußere Stabilität“, d.h. Stabilisierung und ggf. Erweiterung wichtiger Lebensbereiche/Säulen

5 Säulen der Äußeren Stabilität:

1. Wohnen
2. Arbeiten/Schule
- 3. Beziehungen**
4. Gesundheit
5. Spiritualität/Werte-Orientierung

## V. „Trauer, Sinnsuche und Trauma-Transformation“: Begreifen, Anerkennen, Orientieren, Trauern und Verabschieden, Sinnsuche: Neue Aufgaben finden, Aufbruch und Neubeginn

5 typische Phasen:

1. Distanzierung
2. Anerkennen, was ist, Realisieren: Es ist vorbei
3. Realisieren, was bleibt, Ergreifen verbliebener/neuer Möglichkeiten
4. Verlorenes betrauern und verabschieden, Raum schaffen für Neues
5. Sinnsuche, neue Ziele/Aufgaben finden, Aufbruch und Neubeginn

## **Javids Heilungsweg:**

**Der schwer kriegstraumatisierte 9-jährige Flüchtlingsjunge Javid war auf Druck der Lehrer - und nach einer Empfehlung des behandelnden Kinderarztes - von seinem Vater in der trauma-psychotherapeutischen Sprechstunde unseres Kinderpsychiatrischen Dienstes vorgestellt worden. Vor den daraufhin vereinbarten ersten Behandlungs-Sitzungen war es zunächst notwendig, im Sinne der Absicherung der**

➤ **I. Äußeren und sozialen Sicherheit des Kindes**

**und der**

➤ **II. Äußeren Stabilität des Kindes bzw. seiner Familie**

**eine sorgfältige Überprüfung der äußeren Lebensumstände des Jungen vorzunehmen.**

Denn der Einsatz traumakonfrontativer Interventionen bei Vorliegen einer anhaltenden äußeren Gefährdung oder fehlenden äußeren Stabilität in mehr als 2 der 5 zur äußeren Stabilität wesentlich beitragenden Lebensbereiche birgt erfahrungsgemäß ein sehr hohes Risiko, dass es misslingt, den neurobiologischen Erregungszustand während und nach der Traumakonfrontation kontrollierbar zu halten, was eine Retraumatisierung und eine Verschlechterung der Symptomatik des Kindes zur Folge haben kann, die unbedingt zu vermeiden ist.

### **Zur Äußeren und sozialen Sicherheit von Javid:**

**Mit Hilfe einer Dolmetscherin konnte geklärt werden, dass die Aussicht auf einen dauerhaften Aufenthaltsstatus der Familie zu diesem Zeitpunkt - auch unabhängig von Javids erlittener Traumatisierung - recht gut war.**

Dies war u.a. deshalb wichtig zu klären, da eine erfolgreiche kindertraumatherapeutische Behandlung zur Folge haben kann, dass das Kind nicht mehr bereit oder in der Lage ist, vor Gericht einschlägige Aussagen über das Erlittene zu machen. Daher war es wichtig, zunächst abzuklären, ob Javids erlittene Traumatisierung für das Erreichen eines sicheren Aufenthaltsstatus der Familie wesentlich war.

Dieser Umstand ist auch bei z.B. im familiären oder erweiterten familiären Umfeld gewalt- oder sexualisiert gewalttraumatisierten Kindern immer vor einer Behandlung mit zu bedenken. Denn es ist einem traumatisierten Kind langfristig nicht damit gedient, wenn durch zu frühzeitige Integration des Erlittenen die entscheidende Aussage des Kindes erschwert wird und das Kind dadurch womöglich der traumatisierenden Situation erneut ausgesetzt wird, wenn aufgrund einer fehlenden oder nicht ausreichenden Aussage des Kindes keine Wegweisung oder Verurteilung des Täters oder der Täterin möglich ist. Für das betroffene Kind ist eine solche Situation besonders dann heikel und gefährlich, wenn bei dem Täter bzw. der Täterin durch den Versuch des Kindes, die Gewalt offen zu legen, Rache- und Vergeltungsbedürfnisse entstanden sind.

Auch die Situation von Rückkehrern nach Afghanistan ist in dieser Hinsicht zurzeit als durchaus risikoreich einzuschätzen. Afghanistan gilt nicht ohne Grund seit Jahren als nicht sicheres Herkunftsland, in das nicht abgeschoben werden darf.

Neben offen ausgetragener Gewalt und Repressalien haben es Rückkehrer häufig sehr schwer, sich in ihrem Heimatland, in dem wirtschaftlicher Erfolg stark von sozialen Netzwerken abhängig ist, wieder eine ausreichende Existenz-Grundlage aufzubauen.

Wie sich in der Arbeit mit Javid herausstellte, war es ihm, auch aufgrund der Einbettung in die tief empfundene aber gleichzeitig tolerant und weltoffen gelebte Spiritualität seiner Familie, möglich, das erlebte Leid und die anschließende erfolgreiche Flucht als etwas zu seinem Schicksal Dazugehörendes zu erleben. Die erlebten Schrecken und Strapazen empfand er als etwas, das ihm von „Allah“ bewusst zugemutet worden war und als etwas, das nicht ohne Grund in seine Biographie gelegt worden war. Javid war zutiefst davon überzeugt, dass er diese Erfahrungen im Krieg und auf der Flucht hatte machen sollen, um sich später besser in die Situation anderer Kriegs- und Flucht-traumatisierter Kinder einfühlen zu können. Für diese wollte er sich später einmal als Kinderarzt einsetzen. Diese proaktive positive Einstellung zu dem Erlebten stellte eine weitere wichtige Ressource auf Javids Heilungsweg dar, auf die ich später noch näher eingehen werde.

An dieser Stelle konnten die tief empfundene Spiritualität der Familie und das darin eingebettete Gottvertrauen des Jungen als ein positiver Faktor für seine Äußere Stabilität gewertet werden, der in Bezug auf die noch vorhandenen Instabilitäten der 4 anderen Säulen seiner Äußeren Stabilität auch als ein, zusätzlichen Halt zur Verfügung stellender, ausgleichender Faktor angesehen werden konnte.

So schätzte ich Javids Äußere Stabilität zu diesem Zeitpunkt als ausreichend genug ein, um mit forcierten Maßnahmen der geleiteten Trauma-Bewältigung zu beginnen. Der Versuch einer unterstützten Beruhigung des in Alarmbereitschaft verbliebenen neurobiologischen Systems und einer forcierten Integration des Erlittenen durch traumakonfrontative und traumintegrierende Maßnahmen erschien mir darüber hinaus als aussichtsreich genug, um ein solches Vorgehen - trotz der sehr knapp bemessenen Behandlungszeit - zu wagen.

Es ging nun also darum, in den wenigen möglichen Sitzungen zu versuchen, die massive Symptomatik, unter der Javid selbst und auch sein Umfeld so sehr litten, gezielt anzugehen und wo möglich durch die Anwendung spezieller traumatherapeutischer Techniken zu verbessern.

Nach dem dolmetschergestützten Vorgespräch mit seinen Eltern und der traumaspezialisierten psychoedukativen Vorbereitung der Lehrer wurden zunächst zwei 1 1/2-stündige traumatherapeutische Sitzungen mit Javid vereinbart. Darüber hinaus reservierte ich zwei weitere mögliche Termine jeweils an den Tagen nach den geplanten Sitzungen für den Fall, dass Javid mit einer anfänglichen Verschlechterung der dissoziativen Symptomatik oder mit neuerlichen Flashbacks oder Alpträumen auf die Behandlungsstunden reagieren sollte.

Diese bereits im Voraus reservierten Zeiten gehören bei einer solchen forcierten Verarbeitungshilfe mit zum notwendigen Behandlungssetting. Sie sichern ab, dass die Möglichkeit besteht, ohne Verzögerung weitere traumaintegrierende Maßnahmen zu ergreifen, wenn durch die Behandlung weiteres traumatisches Erinnerungsmaterial an die Oberfläche geschwemmt wird, das von dem Kind nicht selbständig bewältigt und integriert werden kann.

**Zur Inneren Stabilität von Javid:**

Zunächst ging es in der ersten Behandlungsstunde um die Überprüfung und Verbesserung der

➤ III. Inneren Stabilität des Kindes

Im Sinne der 5 Schritte der 3. Phase der Pentagramm-Therapie begann die **1. Trauma-Sitzung** mit Javid mit einer kurzen **kindgerechten psychoedukativen Intervention**, bei der ich in Javid in altersentsprechender Weise - bildhaft und mit Hilfe von Spielmaterial - ein Verständnis für die Zusammenhänge zwischen seinen traumatischen Erlebnissen in Afghanistan und seiner heutigen Situation und Symptomatik zu wecken versuchte.

Indem ich das, was ich ihm zu erklären versuchte, mit **Spielmaterial auf dem Fußboden** aufbaute, half ich ihm, sich bereits ein Stück weit von dem 7-jährigen Kind in Afghanistan, das er einmal gewesen war, und von dem, was der 7-Jährige damals hatte erleiden müssen, zu distanzieren. So konnte Javid aus einem gewissen äußeren und inneren Abstand heraus leichter Mitgefühl und Verständnis für sich selbst - heute und damals - entwickeln. **(Distanzierung)**

Mit verschiedenen großen **Matroschka-Puppen**, die wir symbolisch entlang eines Stoffstreifens, der den Lebensweg symbolisieren sollte, aufstellten, konnte Javid sich bewußt machen, dass er zum Zeitpunkt der Entführung und Flucht an einem ganz anderen Punkt in seiner Biographie gestanden hatte, als heute - und dass die entsetzlichen Umstände seiner frühen Kindheit nun schon ein sehr großes Stück hinter ihm lagen. **(Separation)**

Für die Integration ist es entscheidend, den betroffenen Kindern diesen Umstand möglichst ganzheitlich, d.h. mit Kopf, Herz und Hand und mit allen Sinnen erlebbar zu machen. Erinnerungen aus der Traumasituation, wie sie auch Javid in Form von Flashbacks und Alpträumen heimsuchten, werden von den Betroffenen in der Regel so erlebt, als wenn sie erneut in der Gegenwart stattfinden, d.h. „hier und heute“ statt „dort und damals“. Maßnahmen, die dem Kind ermöglichen, räumlich und zeitlich empfundenen Abstand zu dem Erlebten zu gewinnen und Maßnahmen, die helfen können, diese Distanzierung von dem Erlebten dauerhaft zu verinnerlichen, können daher sehr hilfreich für den Abbau von intrusivem Erleben sein.

Die dadurch ausgelöste Beruhigung des neurobiologischen Systems, die bei Javid u.a. daran deutlich wurde, dass er vertieft durchatmete und seine angespannt gehaltenen Schultern sich deutlich entspannten, unterstützte ich noch weiter, indem ich Javid vorschlug, dass wir beide ein wenig „Schmetterlings-Tappen“ machten (abwechselndes Klopfen der Hände auf die Oberarme bei vor der Brust gekreuzten Armen), während wir um die aufgestellten Ereignisse herum spazierten und überlegten, „was der Javid von damals wohl gebraucht hätte, damit es ihm hätte besser gehen können“ (Innere Kind- und Trost-Arbeit, bei der es um das Zu-Ende-Bringen unterbrochener Flucht- und/oder Kampfpulse und das Nachholen von Trost geht bzw. um das Finden eines fiktiven „guten Endes“ der Situation). Die erarbeiteten Lösungen versuchte ich dabei durch das „Schmetterlings-Tappen“ (bilaterale Stimulation in Anlehnung an die EMDR-Technik) und durch erweiterte, in das Spiel eingebaute BASK- und SE-Techniken weiter zu stabilisieren.

Bevor wir dann zur weiteren Vorbereitung der Traumakonfrontation im Spielzimmer einen „Tresor“ und einen „Inneren Sicherer Ort mit Helferwesen“ einrichteten, setzte ich mich mit „dem großen 9-Jährigen“ an einen Tisch und sammelte mit ihm auf einem großen Blatt die Ressourcen seines Gegenwartslebens. Dafür schlug ich Javid vor, dass wir symbolisch alles das kreisförmig um die Mitte des Blattes herum malten, was ihm im Gegenwartsleben Freude machte, was ihm gut tat und was ihm aus seiner Sicht gut gelang. In die Mitte des Blattes hatte Javid auf meinen Vorschlag hin eine Zeichnung von sich selbst, wie er sich heute sah, gemalt, die er auf meine Anregung noch mit einem „Zauberschutzmantel aus Licht“ und einem

„Lichtschwert“ versah, welche für ihn, wie für die meisten Kinder, überirdischen Schutz und innere Aufrichtung und den Mut, für das Gute einzustehen, symbolisierten.

Als **Kraftquellen seines Gegenwartslebens**, die ihm gut taten und die er nicht missen wollte, malte bzw. schrieb Javid folgende Dinge auf das Ressourcen-Bild:

- **Seine Familie und die erwachsenen Freunde der Familie**
- **Die ehrenamtliche Flüchtlingshelferin und ihre Familie**
- **Die Schule und die anderen Kinder dort**
- **Das Schwimmen in der Schule**
- **Fußballspielen**
- **Die Moschee, die er am Wochenende mit seiner Familie besuchte**
- **Seine Freunde aus der Nachbarschaft**
- **Dass er auf der Flucht einmal im Flugzeug von Afghanistan in den Iran fliegen durfte**
- **Dass er früher mit seinem Vater in einem seiner LKWs mitfahren durfte**
- **Pommes und Ketchup**
- **Das Spielen mit der Playstation**

Durch das bewusste Fokussieren auf die vorhandenen Ressourcen in seinem Leben bestärkte ich Javid, sich zunächst mit seiner Stärke und seinen Kraftquellen zu identifizieren, mit dem Ziel, ihn dadurch für die anschließende Traumakonfrontation widerstandsfähiger zu machen. (**Ressourcen-Orientierung und -Mobilisierung**)

**So stärkten wir also zunächst mit geleiteter Ressourcenarbeit und geleiteter Imaginationsarbeit den „Javid von heute“, damit er als „starker Freund“ „dem 7-Jährigen von damals“ während der bevorstehenden Trauma-Begegnung gut würde Beistand leisten können.**

**Im Anschluss lud ich Javid noch ein, ein Bild zu malen von „dem Javid, der auch die Wolken mit den schwierigen Dingen darin aushalten kann“.**

Daraufhin malte Javid einen Jungen, der mit mehreren Schutzmänteln und zwei Lichtschwertern ausgestattet war und der rechts und links je einen Freund an seiner Seite hatte, die ebenfalls mit Schutzmänteln und Lichtschwertern ausgestattet waren.

**Danach lud ich Javid ein, sich noch einen „Tresor“ und einen „Inneren sicheren Ort“ einzurichten:**

Als „**Tresor**“, in den Javid in Form von symbolischen schwarzen Steinchen alles einschließen konnte, was ihm ihn zu sehr belastete, wählte Javid eine Holzkiste, die unter vielen Kissen vergraben, in einer Ecke des Therapiezimmers platziert wurde.

Als „**Inneren sicheren Ort**“ malte er in der ersten Sitzung eine gegenüber den „Piraten und Taliban“ mit vielen Türen, Schlössern und Gittern abgesicherte Welt, in der es „eine bunte Weltkugel mit Wasser, Blumen und Spielsand aber keinem Feuer, wo nur die netten Piraten leben und alle Tiere“ und „einen „kleinen goldenen Jupiter, wo die Aliens mit ihrem großen Meister, dem Ali leben, die die guten Menschen und alle Kinder beschützen“ gibt. Dort, auf dem Jupiter, hatte Javid in seiner Vorstellung einen Zufluchtsort, an dem er vollkommen geschützt und sicher war, selbst dann, wenn die bunte Weltkugel einmal angegriffen werden sollte. In der zweiten Sitzung malte Javid dann einen weiteren „Inneren sicheren Ort“, eine

Pferdewiese, die er als eine große Kopie von dem kleinen Bild abmalte, das auf dem Metallkästchen der Stockmar-Wachsmalstifte abgebildet war, mit dessen Hilfe wir sein Ressourcen-Bild angefertigt hatten und der ihm sehr gefallen hatte.

Mit diesen Schutzbildern ausgestattet konnten wir es wagen, dass Javid mir in einem „**Wolkenbild**“ auch das malte, was er immer noch als sehr belastend erlebte.

**Daraufhin malte Javid zwei Wolken. Auf die linke Seite der Wolken malte er grausame Szenen aus dem Krieg in Afghanistan, in denen Menschen getötet wurden. Und auf die rechte Seite der Wolken malte er Szenen in Deutschland, in denen die überlebenden Opfer des Krieges Hilfe und Trost zur Verfügung gestellt bekamen.**

Die traumatischen Erinnerungsfetzen aus der Entführungssituation mit 7 Jahren, die ihn so viele Jahre schon in Form von Flashbacks und Alpträumen verfolgt hatten, schloss Javid dann auf meinen Vorschlag hin zunächst einmal symbolisch in Form von schwarzen Steinchen in den „Tresor“, d.h. in die dazu erklärte Holzkiste, ein, was eine erneute deutliche Beruhigung seines neurobiologischen Erregungszustandes bewirkte, deren Wirkung ich durch gemeinsames Schmetterlingstappen weiter zu unterstützen versuchte.

All diese Maßnahmen dienten dazu, Javid zu helfen, gute und hilfreiche innere Bilder aufzubauen, auf die wir bei der anstehenden Trauma-Begegnung würden zurückgreifen können. (**Schutzimaginationen**)

Anhand der Fluchtsituation, die für Javid zwar belastend aber nicht traumatisch gewesen war, übten wir am Ende dieser Stunde die traumaintegrierende sog. „**Innere Kind-Arbeit**“ ein, bei der ich das „Schmetterlings-Tappen“ und eine Integrationsmethode verwendete, die für das behandelte Kind kaum als solche wahrnehmbar ist, da sie in spielerischer Weise eingesetzt werden kann: Für die vollständige Integration des Erlebten ist es entscheidend, dass in Bezug auf die zu integrierende Situation wirklich alle Aspekte des Erlebens im Denken, Fühlen, körperlichen Erleben und Wollen wahrgenommen und verarbeitet werden. Bei der Trauma-Integration ist es daher wesentlich, dass auch die während der Traumatisierung abgespaltenen - weil unerträglichen - Erfahrungsfragmente des Denkens, Fühlens, Körpererlebens und Wollens in aushaltbarer Weise in den erinnerten Erfahrungsraum (re-)integriert werden können. Dafür ist es hilfreich, beim Nachspielen der Traumasituation, mit dem Kind in spielerischer Weise und durch geschicktes Nachfragen auch die nicht spontan genannten Aspekte des Erlebens explizit ins Bewusstsein zu bringen - und zwar diesmal in bekömmlicher Art und Weise, was durch die Distanzierung und Separation im Nachspielen mit z.B. Matroschka-Puppen und durch den Einsatz der zuvor erarbeiteten inneren Ressourcen- und Schutzimaginationen-Bilder bzw. durch die angeleitete und in der Imagination oder innerhalb des symbolischen Spiels stattfindende sog. Trost-Arbeit erreicht werden kann (**Innere-Kind-Arbeit unter Berücksichtigung u.a. des BASK-Modells**)

Zunächst ordnete Javid fünf von ihm ausgewählten, unterschiedlich großen Matroschkas fünf Alterstufen zu. Es gab folgende „**Innere Kinder**“ (Ego-States), die Javid unterschied:

- „**Baby-Javid**“
- „**Kleiner Javid, der bei Oma und Opa ist**“
- „**Kriegs-Javid, der entführt wurde**“
- „**Flucht-Javid, der auf der Flucht nicht lernen konnte**“
- „**Heutiger Fußball-Javid, der gerne mit der Playstation und dem Handy spielt**“.

**In der anschließenden inneren Kind- und Trost-Arbeit mit diesen unterschiedlich alten Javids stellten wir den symbolisierten inneren Kindern die Frage, was sie denn wohl gebraucht hätten, damit es ihnen in ihrer jeweiligen Situation hätte besser gehen können.**

Javid fühlte sich in die früheren Situationen seines bisherigen Lebens noch einmal ein und antwortete: „Der Baby-Javid hätte gebraucht, dass er eher Laufen gelernt hätte, der kleine Javid wäre gerne noch länger bei Oma und Opa geblieben, der mittlere Javid, dem geht es am schlechtesten, der hätte gebraucht, dass es keinen Krieg gibt oder dass er eher hätte nach Hamburg kommen können!“ Auf die beiden älteren Javids angesprochen antwortete Javid: „Der Javid auf der Flucht hätte gebraucht, dass er auch auf der Flucht hätte zur Schule gehen können und der Javid von heute braucht endlich ein eigenes Handy und eine Playstation wie die anderen Kinder in Deutschland es auch alle haben!“

Bei der weiteren Arbeit mit den Matroschkas stießen wir auf einen Fahrradunfall, den Javid noch in der Zeit in Afghanistan erlebt hatte. Es bot sich an, diesen Fahrradunfall, der für Javid nicht existenziell aber doch recht dramatisch gewesen war, zum Einüben des Ablaufes der Trauma-Begegnung, die wir für die 2. Sitzung planten, zu verwenden. Darüber hinaus gingen wir mit derselben Technik auch die belastenden Situationen auf der über 49 Tage währenden Flucht durch verschiedene Länder durch.

Für Javid führte diese **geleitete Integration der Unfall- und Fluchterlebnisse** zu einer weiteren deutlichen Beruhigung seines im Alarmzustand verbliebenen neurobiologischen Systems und in der Folge zur Freisetzung einer unbändigen Freude, die sich dadurch ausdrückte, dass er fröhlich im Therapiezimmer herumsprang und schließlich jubelnd die Arme reckte: „Weißt Du was, ich bin in Deutschland, ich bin in Sicherheit, mir kann nichts mehr passieren, hier gibt es keinen Krieg mehr!“ jubelte er ausgelassen, während er eine Art Indianertanz vor mir aufführte und mir erzählte, dass er eigentlich gerne ein Indianerjunge geworden und in Amerika gelebt hätte.

Das erste Mal seit ich Javid kennen gelernt hatte, stand nun ein fröhliches, altersgemäß bewegungsfreudiges 9-jähriges Kind vor mir - anstelle des viel zu ernst wirkenden Jungen, der seit dem Erstkontakt auf der einen Seite nervös und angespannt und auf der anderen Seite lethargisch und wie in seinen Bewegungsimpulsen zurückgenommen gewirkt hatte.

**Zum Abschluss der ersten Trauma-Sitzung lenkte ich Javids Blick noch einmal auf seine Ressourcen und auf das, was er alles an freudvollen Situationen in seinem Leben erlebt hatte.**

Javid sagte am Ende der Stunde: „Ich glaube, ich bin eigentlich sehr froh, dass ich geboren worden bin und dass ich meine Eltern habe und eine so schöne Zeit mit meinen Großeltern hatte. Und ich bin froh, dass ich jetzt in Hamburg wohne, wo es keinen Krieg gibt und wo ich zur Schule gehen und lernen kann, ohne dass ich Angst haben muss, dass ich entführt und getötet werde“.

Im Verlauf der folgenden Woche erfuhr ich bei einem Telefonat mit der ehrenamtlichen Flüchtlingshelferin und einem Telefonat mit der Klassenlehrerin, dass Javid nach der ersten Sitzung bei mir offenbar schon sehr viel ruhiger geworden war und sich auch nicht mehr in jedes Gerangel der Jungen in seiner Klasse hineinwarf. Vielmehr war er nun oft, aus einem gewissen Abstand heraus, eher beobachtend an solchen Situationen beteiligt. Und es kam

auch vor, dass er mit konstruktiven Lösungsvorschlägen zu einer Deeskalation des Konfliktgeschehens beitrug.

Zehn Tage später erschien Javid dann fröhlich und motiviert zur **2. Trauma-Sitzung**. Eine Nacharbeit der vorangegangenen Stunde war nicht nötig gewesen, es war ihm in den Tagen nach der Stunde nach einer ersten Nacht mit intensiven Träumen, in denen er offenbar weitere Erlebnisse aus der Zeit der Flucht nach Europa verarbeitet hatte, durchgängig gut gegangen.

Javid schaute mich zu Beginn dieser zweiten Sitzung mit wachen und gespannten Augen an und teilte mir mit entschlossenem Tonfall mit, er wolle heute mit mir spielen, wie er in Afghanistan entführt worden sei. Sein Vater werde vielleicht keine weiteren Sitzungen mehr bei mir gestatten und er wünsche deshalb, dass wir heute dem kleinen Javid aus der Entführungssituation genauso helfen könnten, wie wir es in der letzten Stunde mit dem kleinen Javid auf der Flucht gemacht hätten.

**Ich musste Javid fast ein wenig bremsen, um zunächst im Sinne einer sinnvollen Reihenfolge des Vorgehens erst einmal das Distanzieren und Separieren noch einmal zu üben, den „Tresor“ und den „Inneren Sicherer Ort“ im Spielzimmer aufzubauen und „den Javid von heute“ mit einem erneuten „Ressourcen-Bild“ für die traumakonfrontative Arbeit zu stärken.**

Neben dem **Malen eines Ressourcen-Schutzkreises** regte ich Javid an, sich einmal bewusst zu machen, wen er alles als unterstützend in seinem Gegenwartsleben erlebte und ob er sich vielleicht noch weitere imaginäre Unterstützer fantasieren wollte, die ihm dann während der Trauma-Begegnung in der Imagination zur Verfügung stehen könnten.

Javid nannte als **Unterstützer im Gegenwartsleben:**

- **seine Eltern**
- **die Großeltern, mit denen er manchmal telefonierte**
- **seinen Bruder**
- **seine Tanten und Onkel, und seine Cousins und Cousinen**
- **die Freunde seiner Eltern**
- **die ehrenamtliche Flüchtlingshelferin und ihre Familie**
- **sechs seiner Freunde aus Schule und Nachbarschaft**
- **seine Klassenlehrerin**
  
- **als imaginären Unterstützer wählte er einen Walfisch, „der Wasser spucken und Feuer löschen kann“, ähnlich dem Walfisch, den er auf dem ersten Ressourcen-Bild bereits gemalt hatte sowie**
- **zwei Stofftiere, einen Fuchs und einen Löwen, aus dem Therapiezimmer**

Javid machte erneut alles gut und sehr motiviert mit, er stellte allerdings auch klar, dass er keinerlei überflüssige Zeit vergeuden und an diesem Tag so schnell wie möglich zur Trauma-Begegnung fortschreiten wollte.

Dennoch war es möglich, mit ihm zunächst noch einmal seine **Symptome, unter denen er selbst am meisten litt**, aufzulisten. Dies war mir wichtig, um damit eine Vergleichsbasis für ein späteres Nachgespräch mit ihm bezüglich seines subjektiv erlebten Leidens zu haben.

Die Stärke des subjektiven Leidens, das er bei den entsprechenden Symptomen erlebte, ließ ich Javid einschätzen, indem ich ihn anhand einer Zeichnung mit verschiedenen hoch gefüllten Wassergläsern zeigen ließ, wie sehr ihn die jeweiligen Symptome (hier auf einer Skala von 0 - 10 angegeben) beeinträchtigten und „nervten“. Javid berichtete mir, dass ihn Folgendes am meisten störte:

1. dass er tagsüber und v.a. abends immer so nervös und ängstlich sei. Er habe dann Angst vor den „Killern aus Paris“ und vor „Monstern“ und sein Herz würde dann ganz schnell pochen und er könne dann gar nicht einschlafen. (**Hyperarousal** - Stärke: 8-9)
2. dass er immer wieder an die schrecklichen Bilder aus der Entführungssituation denken müsse und nachts Alpträume habe, in denen „Killer“ kommen und Kinder verfolgen und töten würden (**Intrusionen/Flashbacks** - Stärke: 10)
3. dass er es nicht aushalten könne, wenn er daran erinnert würde, dass seine Großeltern immer noch in Afghanistan lebten, wo Menschen getötet wurden und dass er deshalb gar nicht mehr mit den Verwandten in Afghanistan telefonieren wollen würde, obwohl er sie sehr vermisse. Und dass er immer Bauch- und Kopfschmerzen bekomme, wenn in der Schule eine Arbeit geschrieben würde und dass er oft gar nicht mehr zur Schule gehen wolle, weil er dort so viel Stress erleben würde, dass er gar nicht richtig lernen könne. (**Vermeidungsverhalten** - Stärke: 9)

Es wurde deutlich, dass bei Javid alle **drei Hauptsymptome der Posttraumatischen Belastungsstörung** in einer für ihn subjektiv als sehr beeinträchtigend erlebten Stärke vorlagen:

- **Symptome des Hyperarousal** – Stärke 8-9 (8 am Tage, 9 am Abend und in der Nacht)
- **Intrusionen/Flashbacks** – Stärke 10
- **Vermeidungsverhalten** – Stärke 9

welche zeigten, dass er noch nicht annähernd ausreichend die Möglichkeit gehabt hatte, das Erlebte verarbeiten und integrieren zu können.

**Mir wurde als Therapeutin bewusst, dass nicht nur die ursächliche Entführungssituation, sondern auch die mittlerweile chronisch gewordene Angst um die Sicherheit der in Afghanistan zurückgebliebenen Großeltern und die sich ständig wiederholenden Flashbacks und Alpträume von Javid, die ihn in immer gleicher, fast stereotyper Art und Weise seit Jahren verfolgten, mit hoher Wahrscheinlichkeit gesondert zu bearbeiten waren.**

**In Bezug auf die Ängste um die Großeltern** war es möglich, mit Javids Eltern und Javid gemeinsam zu erarbeiten, dass es sich bei diesen Ängsten nicht mehr um Realängste handelte. Die Großeltern befanden sich zu Beginn der Therapie an einem Ort in Afghanistan, an dem sie in relativer Sicherheit waren. Javid war sehr erleichtert, als ihm dies von den Eltern, die gar nicht gewusst hatten, wie sehr Javid immer noch in Sorge um die Großeltern war, ausführlich und mit Hilfe einer Landkarte erklärt wurde. Am Ende der Therapie hatten dann auch die

Großeltern Afghanistan verlassen und hielten sich zu diesem Zeitpunkt in Griechenland auf, in der Hoffnung bald wieder als Großfamilie vereint zu sein.

**In Bezug auf die Alpträume** führte ich mit Javid eine Intervention durch, bei der ich mir - ähnlich wie bei einer geleiteten Trauma-Begegnung - unter Einsatz der zuvor erarbeiteten imaginativen Schutz- und Trost-Vorkehrungen (Distanzierung, Separation, Ressourcen-Mobilisierung, Schutzimaginationen: Beobachter, Schutzmantel/Lichtschwert/Baum, Tresor, Innerer Sicherer Ort, Helferwesen und innerer Kind-Arbeit unter Berücksichtigung von BASK-, SE- und EMDR-Techniken) ausführlich den Ablauf dieser sich wiederholenden Träume erzählen ließ.

Während ich mit Javid also ähnlich arbeitete, als wären die Geschehnisse in den Träumen reale traumatische Erlebnisse, bearbeiteten wir die in ihnen enthaltenen Schreck-Situationen mit den entsprechenden Trauma-Integrations-Techniken. Ich regte Javid an, die Träume dabei in der Vorstellung zu einem „guten Ende“ zu führen und die darin enthaltene Geschichte damit bewusst - und unter Berücksichtigung möglichst vieler Sinnesqualitäten - proaktiv „umschreiben“. Dabei kamen von therapeutischer Seite die erwähnten Trauma-integrierenden Techniken zum Einsatz, um die erreichte Beruhigung weiter zu stabilisieren. Auf diese Weise wurden die Abläufe und einzelnen Schritte der Trauma-Begegnung und Trauma-Integration auch noch ein weiteres Mal vor der eigentlichen Trauma-Konfrontation in Bezug auf die Entführungssituation in Afghanistan mit Javid gemeinsam eingeübt.

Als ich Javid zu **Beginn der eigentlichen Trauma-Begegnung** fragte, ob er sich vorstellen könnte, einmal den Javid aus der Entführungssituation zu malen, wehrte er dies allerdings zunächst entschieden ab. Auch wenn es sein eigener erklärter Wunsch gewesen war, während der Behandlungsstunde möglichst rasch zur Aufarbeitung dieser Situation zu kommen, überforderte ihn die Hinwendung zu diesem Thema nun vollständig und er schrie erschrocken „Nein, nein!“. Dabei war er sehr erregt.

Dann fiel er augenblicklich in eine zusammengekrümmte Haltung und malte mit fest zusammengebissenen Zähnen, mit sehr viel Druck und einem verkrampften Griff mit einem schwarzen Wachsmalstift seine linke Handfläche an, wobei er den Blickkontakt mit mir mied. Mit starrem, wie eingefroren wirkenden Gesichtsausdruck schien er dabei nur noch seine linke Handfläche zu fokussieren, als wolle er sich mit den Augen daran festhalten, während er beim Malen den harten Stift tief in das Fleisch seiner Hand grub, als er die Haut der Handfläche vollständig schwärzte.

Ich versuchte ihm zu signalisieren, dass ich verstanden hatte, dass die Erinnerungen an diese schlimme Situation für ihn kaum aushaltbar waren und ich schlug ihm vor, dass wir uns auch erst einmal dem zuwenden könnten, was ihm helfen könnte, sich so stark zu fühlen, dass er mit mir gemeinsam noch einmal „vorsichtig und von ganz ganz weit weg“ zu diesem schrecklichen Tag in seiner Kindheit hinschauen könnte.

Javid malte daraufhin ein **weiteres Ressourcen-Bild**, auf das er Folgendes malte:

- **Javid im Wasser beim Schwimmen**
- **Einen Baum mit einem Baumhaus als Geheimversteck für Javid**
- **Ein Feuerwehrauto, das Licht macht und für Javid leuchtet, wenn er es braucht**
- **Hamburger zum Essen, wenn er Hunger bekommt und Kraft braucht**

Dieses Bild legten wir ganz nah neben Javid, damit er aus ihm Kraft schöpfen konnte und damit er es anschauen konnte, wann immer er dies während der Trauma-Begegnung als beruhigenden Anker der Aufmerksamkeit brauchen würde.

Dann fragte ich Javid, ob er sich vorstellen könnte, dass wir dem Javid von damals, zu dem er gar nicht so recht hinschauen könnte, einen „**Sicheren Ort**“ im **Spielzimmer** bauten. Ich schlug ihm vor, dass dieser „Sichere Ort“ vielleicht so beschaffen sein könnte, wie der Ort hätte sein müssen, an den man ihn hätte bringen sollen, damit er die Entführung gar nicht erst hätte erleben müssen.

Javid überlegte nicht lange und zeigte spontan auf das **Pferdebild** auf dem Metallkasten, in dem sich die Stockmar-Wachsstifte befanden, mit denen wir das Ressourcen-Bild gemalt hatten. Dies wurde dann das Bild seines „Inneren Sicheren Ortes“ für diese bedeutsame Stunde der entscheidenden Trauma-Begegnung. Er malte es dafür zunächst auf ein großes Malpapier ab.

Auf die Frage, wie es dem Javid auf dem Bild wohl gehe, antwortete er: „Der Javid auf dem Bild braucht noch einen Hund und einen weisen alten Mann in einem Haus, den er um Rat fragen kann. Und er braucht noch Cowboys, Ritter und einen Gartenzwerg, die ihm helfen, und einen Eiffelturm wie in Paris, der ihm immer und überall Licht schicken kann.“ Auf meine Frage, was dem Javid von damals in der Entführungssituation denn geholfen hätte, trotz allem zu überleben und was es vielleicht für gute Fügungen in dem ganzen Schrecken gegeben hätte, dass er schließlich doch hatte fliehen können, antwortete Javid: „Dass es Hamburg gibt, das hat mir geholfen, dass der große Ali wollte, dass ich nach Hamburg komme, um hier zur Schule zu gehen und zu lernen! Das hat mich beschützt! Und dass ich Hände habe, das hat mir auch geholfen! Dass ich Hände habe und den Spalt in dem Schuppen aufschieben und fliehen konnte, das hat mir geholfen!“

Daraufhin sprang Javid auf und nahm den schwarzen Wachsstift, mit dem er zuvor verzweifelt seine Handfläche geschwärzt hatte in die rechte Hand, ging zu dem Ressourcenbild mit dem in die Mitte gezeichneten Javid hin und malte ihm, der zuvor noch keine Arme und Hände gemalt bekommen hatte, Arme, Hände und Finger.

Dann legte er sich tief atmend auf den Fußboden daneben und schaute mir erstmals seit dem Beginn der Trauma-Begegnung wieder länger direkt in die Augen. „Ich habe es geschafft zu fliehen und ich brauche keine Angst mehr vor den Taliban zu haben. Ich bin klüger und schlauer als sie und ich kann meine Hände benutzen und meine Füße um zu fliehen und nach Hamburg zu kommen, wo es keinen Krieg gibt.“ sagte er, während er, weiter auf dem Boden liegend, langsam seine Hände, Arme und Beine bewegte. Nachdem er sich eine Weile so auf dem Fußboden geräkelt hatte, sprang Javid auf und war nun bereit, sich mit mir gemeinsam noch einmal aus einem größeren räumlichen Abstand heraus den durch die mittelgroße Matroschka-Puppe symbolisierten Javid aus der Entführungssituation anzuschauen.

**Nun war es schließlich auch möglich, dass Javid mit mir gemeinsam noch einmal detailliert den Tag seiner Entführung durchgehen und bearbeiten konnte.**

**Trauma-Begegnung mit Javid:**

So gingen wir im Verlauf der 2. Behandlungsstunde also - nach Auflösung der zunächst aufgetretenen Stockung im Behandlungsablauf mit Hilfe eines noch sorgfältigeren Erarbeitens

von Ressourcen und Schutzimaginationen - schließlich doch noch zu einer ausführlicheren Trauma-Begegnung in Bezug auf die Entführungssituation über.

Wir leiteten damit die 4. Phase der therapeutischen Kurzzeit-Intervention mit Javid ein, die sog.

#### ➤ IV. Trauma-Begegnung und Trauma-Integration

bei der Javid ermöglicht wurde, sich, als dem zu diesem Zeitpunkt 9-jährigen Jungen, noch einmal der existentiell erschütternden Situation von damals zu stellen, in der er, als 7-Jähriger, miterleben musste, wie ein anderer Mensch durch die Taliban getötet wurde und in der er plötzlich realisiert hatte, dass auch er sich in akuter Lebensgefahr befand. In dieser Situation hatte er seinen Fluchtimpulsen folgen und der Situation durch eigenes Tun entkommen können, was ein großer Vorteil, nicht nur für sein Überleben in der damaligen Situation, sondern auch für die nachträgliche Integration des Erlittenen war. Dennoch hatte er einen Teil seiner Erinnerungen an diese Situation zunächst abspalten müssen.

Aufgrund von Javids ausgesprochen guten Fähigkeiten, Distanzierungs- und Separations-Techniken zu verstehen und anzuwenden und aufgrund seiner vielen äußeren und personellen Ressourcen, zu denen u.a. auch seine hohe Auffassungsgabe und sein gutes Einfühlungsvermögen gehörten, konnte ich mit Javid mit im Therapiezimmer aufgestellten Matroschka-Puppen und mithilfe von innerer Kind-Arbeit unter Berücksichtigung u.a. des BASK-Modells und von SE-Techniken eine rasche Integration des Erlittenen erreichen. Diese konnten wir mit bilateralen Integrations-Techniken noch weiter stabilisieren. Bei der abschließenden Aufstellungs-Arbeit mit allen Matroschka-Puppen wurde deutlich, dass es v.a. diese mittlere der von ihm aufgestellten 5 Matroschka-Puppen war - der 7-jährige Javid, der von den Taliban gefangen genommen worden war -, der sich als weiterhin besonders bedürftig nach therapeutischer Zuwendung zeigte. Diesen Trost bekam er nun in symbolischer Form am im Spielzimmer aufgebauten „Inneren Sicheren Ort“ durch die dort befindlichen „Helferwesen“ zur Verfügung gestellt, was Javid sichtlich entlastete.

#### **Erste Schritte der Trauma-Transformation:**

Es war Javid während dieser Trauma-Begegnungsarbeit möglich, selbst kreative Lösungen für ein vorgestelltes „gutes Ende“ der traumatischen Situationen zu finden, die er erlebt hatte. So konnten wir am Ende der Stunde alle verletzten bzw. belasteten „Inneren Kinder“, die wir in dieser Stunde identifiziert und mit Matroschka-Puppen symbolisiert hatten, an einen „guten sicheren Ort“ bringen, was bei Javid zu einer deutlichen **emotionalen Entlastung und körperliche Entspannung** führte und offensichtlich **neue Lebenskräfte** in ihm weckte: Wie schon in der ersten Behandlungssitzung sprang Javid am Ende der erfolgreichen Trauma-Begegnung fröhlich und voller Tatendrang im Therapiezimmer herum.

Nachdem er dem Javid in der Mitte des Ressourcen-Bildes Arme, Hände und Finger gemalt hatte, zog er sich das Sweatshirt aus, das er während der Sitzung angehabt hatte, und zeigte mir, dass er darunter ein Indianerkostüm trug. Er erzählte mir, dass sein Vater ihm dieses Kostüm zum Fasching in der Schule gekauft hätte, obwohl die Familie eigentlich gar kein Geld für so etwas übrig hatte. Sein Vater hätte es aber wichtig gefunden, dass er sich beim Faschingsfest genauso wohl fühlen konnte, wie die anderen Kinder, die aus wohlhabenderen Familien kamen und überwiegend in gekauften Kostümen zur Faschingsfeier kamen. Man sah

Javid an, wie dankbar er seinem Vater für diese wohlwollende Entscheidung war. Aus einer mitgebrachten Plastiktüte zog Javid noch eine indianische Streitaxt hervor, die ebenfalls zu seinem Kostüm dazu gehört hatte, und bevor wir die Stunde beendeten, bat er mich, ein **Foto von ihm mit der Streitaxt vor dem „geretteten Javid“ auf dem Fußboden des Therapiezimmers** zu machen.

**„Ich glaube, dass Allah das alles so gemacht hat, damit ich mutig und tapfer werde wie ein Indianerjunge und damit ich weiß, wie es Kindern im Krieg und auf der Flucht geht.“** sagte Javid mit Blick auf die Streitaxt. **„Wenn ich groß bin, möchte ich Kinderarzt werden und allen Kindern, die auf der Welt im Krieg sind, helfen!“**. Er schwang seine Streitaxt durch das Zimmer: **„Wenn es keinen Krieg in Afghanistan gegeben hätte, dann wäre ich niemals nach Europa gekommen und dann hätte ich hier nicht zur Schule gehen und lernen können. Ich glaube, dass Allah möchte, dass ich ganz viel lerne und später einmal den Kindern helfe, die noch im Krieg bleiben mussten! Ich glaube, deshalb habe ich das alles erleben müssen, damit ich diese Kinder nicht vergesse und ihnen einmal helfen kann!“**.

So gingen wir am Ende der 2. Behandlungsstunde schließlich zu ersten Schritten der Trauma-Transformation über und damit zur 5. Phase der therapeutischen Begleitung im Sinne des Ablaufes der Pentagramm-Therapie

#### ➤ V. Trauern, Sinnsuche und Trauma-Transformation

Aus der aufgebauten Distanz heraus und nach der detaillierten Trauma-Begegnung konnte Javid nun in vollem Umfang anerkennen, was ihm und seiner Familie passiert war, und die Folgen, v.a. die Flucht aus Afghanistan nach Europa, schließlich nicht nur als Strapaze, sondern auch als eine Chance für sein Leben wahrnehmen: nämlich dadurch in Europa aufwachsen und hier zur Schule gehen, lernen und vielleicht einmal studieren zu können.

Nachdem die Eltern Javid zusicherten, dass sich auch die in Afghanistan verbliebenen Großeltern nicht mehr in Lebensgefahr befanden und nachdem Javid durch die Trauma-Begegnung nun die eigene akute Lebensgefährdung als etwas Vergangenes einordnen konnte, war es auch möglich, dass Javid statt der bis dahin alle anderen Gefühle überlagernden chronisch vorhandenen Ängsten vor neuerlichem Krieg und Terror nun auch die Trauer um das Verlorene zulassen konnte.

Es war ihm nun möglich, zu differenzieren und auch mit Dankbarkeit und angemessener Traurigkeit auf das zu schauen, was ihm an seiner Heimat eigentlich auch gefallen hatte und was er sich für seine Zukunft als einen Schatz an guten Erinnerungen bewahren wollte. Anders als vor der Trauma-Begegnung war es nun auch möglich, mit Javid über das schwierige Thema seiner in Afghanistan verbliebenen Verwandten zu sprechen, ohne dass er dabei, wie es zuvor der Fall gewesen war, augenblicklich dissoziierte.

**Als wir noch einmal mit innerer Kind-Arbeit symbolisch mit dem traurigen Javid Verbindung aufnahmen, der seine geliebten Großeltern hatte zurücklassen müssen, sagte Javid:**

**„Ich wünschte, ich könnte auch meine Großeltern nach Deutschland holen, aber wenn das nicht geht, dann sollen sie einen Platz hier in meinem Herzen haben. Und wenn ich einmal groß bin, dann will ich Kinderarzt werden und etwas Gutes tun, damit sie sich freuen, dass es nicht umsonst gewesen ist, dass ich nach Europa gegangen bin.“**

Bei einem Telefonat mit der Flüchtlingshelferin und einem Gespräch mit den Lehrern der Schule erfuhr ich einige Wochen später, dass Javid nach der 2. Trauma-Sitzung weitere deutliche Fortschritte in der Schule gemacht hatte – und dies sowohl in Bezug auf seine Verhaltensauffälligkeiten als auch in Bezug auf seine Leistungssituation.

In einer **3. Trauma-Sitzung**, einige Wochen später, die wir zunächst als Nachgespräch vereinbart hatten, teilte mir Javid mit, dass er nach der 2. Trauma-Sitzung keinerlei Albträume und auch keine Einschlafprobleme mehr gehabt hätte. Die „Pariser Attentäter“ und die „Monster“, vor denen er zuvor jeden Abend Angst gehabt hatte, wären seit der letzten Sitzung nicht mehr in seinen Träumen und auch nicht mehr während des Tages in seiner Vorstellung aufgetaucht. Er habe stattdessen immer an das Bild des Pariser Eiffelturmes denken müssen. Das erinnere ihn daran, dass am Ende immer die Guten siegten und dass er in Europa keine Angst zu haben bräuchte, weil die Polizei und die Feuerwehr hier stärker seien als die Terroristen.

Auf Nachfrage bestätigte mir Javid, dass er seit der letzten Sitzung auch keine länger anhaltenden Bauch- und Kopfschmerzen mehr gehabt habe. Nur vor einer Klassenarbeit habe er solche Angst gehabt, dass er schon morgens vor der Schule Bauchschmerzen bekommen habe.

Streit und körperliche Auseinandersetzungen mit Klassenkameraden habe es in den letzten Wochen auch nicht mehr gegeben. Er habe es geschafft, sich nicht mehr von den anderen Jungen provozieren zu lassen, selbst wenn sie seine Familie beleidigt oder sich über seine Kleidung oder Wohnung in der Flüchtlingsunterkunft lustig gemacht hätten. Irgendwie habe er es geschafft, dann durchzuatmen oder wegzugehen. Und er sei sehr froh, dass ihm dies gelungen sei, denn er wolle nicht aus der Klasse mit der netten Lehrerin fliegen und wolle auch gerne den Übergang ins Gymnasium schaffen.

**In dieser 3. und zunächst letzten 1 ½-stündigen Trauma-Sitzung leitete ich Javid noch einmal durch die 5 Phasen der 4. Hauptphase der Pentagramm-Therapie, der Phase der Trauma-Begegnung also, hindurch. Es ging mir dabei v.a. darum, herauszufinden, ob noch traumatische Erinnerungen vorhanden waren, die wir in der vorausgegangenen Sitzung noch nicht ausreichend hatten integrieren können. Und es ging darum, durch sorgfältiges Arbeiten innerhalb der 4. Hauptphase eine gute, stabile Basis für eine bestmögliche Trauma-Transformation zu schaffen.**

Javids Vater, der sehr berührt und erstaunt über die unübersehbaren positiven Verhaltensänderungen bei seinem Sohn war, hatte inzwischen auch seine Zustimmung für unbegrenzte weitere Sitzungen gegeben, so dass es keine äußere Begrenzung mehr für eine weitergehende therapeutische Unterstützung von Javid gab.

Über ein anfängliches Ressourcen-Bild und das erneute Aufstellen und Symbolisieren mit Matroschka-Puppen unterstützte ich Javid darin, sich wieder ein Stück Distanz von seinen früheren Erlebnissen und seiner heutigen Situation zu verschaffen (Distanzierung, Separation, Ressourcen-Orientierung und -Mobilisierung).

Auf das **Ressourcen-Bild** malte Javid, der an diesem Tag sehr stolz in dem Fußballtrikot seines neuen Fußballvereins in die Stunde gekommen war, diesmal Folgendes:

- Fußball und dass er nun dank des Engagements der Flüchtlingshelferin Mitglied in einem Sportverein und in einer Fußballmannschaft geworden sei
- Die bevorstehende Klassenreise mit seiner Lieblingslehrerin
- Sein Bett in seinem Kinderzimmer in der Flüchtlingsunterkunft, sein „Schutzbett“, wie er es nannte, in dem er sich wohl fühlte und in dem er sich immer besonders von dem „großen Ali“ beschützt fühlte
- Sein bester Freund in der Nachbarschaft
- Der Schwimmunterricht mit der Klasse

Beim Aufstellen der Matroschkas berichtete Javid mir, dass es allen „Inneren Javids“ nun gut gehe:

„Ich kann jetzt die Zeit und die Bilder von der Flucht und von Afghanistan vergessen und den kleineren Javids geht es sehr gut! Sie brauchen nichts mehr! Sie haben hier letztes Mal alles bekommen, was sie brauchten!“

Als Basis für eine weitergehende gute Trauma-Transformation unterstützte ich Javid darin, auch den „Javid von heute“, der „so toll Fußball spielen kann und der bei der Arbeit hier im JPD so gut mitgemacht hat“ noch einmal liebevoll in den Blick zu nehmen:

Beim Ausloten seiner heutigen inneren Situation mithilfe von BASK-Arbeit spielte sich während der Therapiestunde dabei Folgendes ab:

Javid wählte die größte Matroschka-Puppe als Anker für den „Javid von heute“ aus.

Auf die Frage, was dem Javid von heute wohl durch den Kopf ginge, antwortete er:  
„Er denkt immer an Fußball. Er möchte gewinnen. Er denkt: Ich werde gewinnen!“

Auf die Frage, was der Javid von heute wohl in seinem Herzen fühle, während er an Fußball dächte, antwortete er:  
„Er ist stolz und freut sich!“

Auf die Frage, was der Javid von heute wohl in seinem Körper spüre, wenn er merkte, wie stolz und froh er sei, antwortete er:  
„Er hat ein ganz warmes Herz!“

Auf die Frage, was der Javid wohl am liebsten täte, wenn er sein warmes Herz spürte, antwortete er:  
„Am liebsten würde er vielleicht eine Wasserschlacht machen! Danach wäre er dann müde. Dann schläft er ohne schlimme Träume, richtig tief! Und dann steht er morgens fröhlich auf, wäscht sich das Gesicht und macht einfach das, was heute gut ist zu tun!“

Am Ende dieser 3. und zunächst letzten Trauma-Sitzung mit Javid ließ ich diesen noch einmal ein Bild malen, indem ich ihm vorschlug, einmal auf einem großen Malbogen seine Familie in Tieren zu malen.

Dabei ging es mir u.a. darum, Javid zu unterstützen, auch seine Familie in ihrer heutigen Situation noch einmal liebevoll in den Blick zu nehmen.

## **Familie in Tieren**

**Javid malte auf diesem Bild seinen Vater als großen Weißkopfseeadler, der als größtes Tier seinen Blick auf die anderen Mitglieder der Familie gerichtet hat. Seine Mutter malte er daneben als Elefant, der seinen Rüssel über die Kinder hält und aus dessen Rüssel Wasser sprüht. Sich selbst malte Javid neben seine Mutter als Löwen, seinen Bruder neben sich als Hund und seine kleine Schwester neben den Bruder als Katze.**

Auffallend war, dass Javid nur seiner kleinen Schwester (die in Deutschland geboren war und die deshalb die Schrecken des Krieges und die Strapazen der Flucht als einzige nicht selbst miterlebt hatte) auf diesem Bild Arme und Hände malte.

**Am Schluss malte Javid um die Familie herum eine große Qualle, die die Familie wie ein großer Schutzmantel umgiebt.**

**„Die Qualle ist eine gute Qualle, die meine Familie beschützen kann!“ sagte Javid dazu.**

Auf meinen Vorschlag, dass er sich einmal in die Tiere auf dem Bild einfühlen könnte und sie fragen könnte, wie es ihnen ginge und was sie vielleicht noch bräuchten, damit es ihnen gut gehen könnte, antwortete Javid:

**„Den Tieren geht es jetzt allen gut, sie sind zusammen und sie werden geschützt von der großen Qualle. Sie sind traurig, dass Oma und Opa so weit weg sind, aber sie können mit ihnen skypen und das hilft ihnen. Sie sind sehr froh, dass sie in Hamburg sind und dass der Krieg nun vorbei ist. Ich glaube, sie brauchen nichts mehr.“**

An diese vorläufig letzte Trauma-Sitzung mit Javid schloss sich ein unmittelbares **Nachgespräch mit Javids Vater** an. In diesem Gespräch erzählte mir dieser, dass Javid sich seit der 2. Trauma-Sitzung vollständig verändert habe, er sei nun kein in sich gekehrtes, widerständiges und unaufmerksames Kind mehr, sondern ein hilfsbereites und tatkräftiges Kind geworden und es gebe jetzt auch sehr viel weniger Konflikte zwischen Vater und Sohn. Javid stehe neuerdings morgens ausgeschlafen auf, statt sich, wie früher, schon beim Wecken den Aufforderungen des Vaters zu widersetzen. Er verweigere sich überhaupt kaum noch und er sei nun häufig sogar von sich aus bereit, der Mutter im Haushalt zu helfen oder dem Vater handwerklich zur Hand zu gehen. Auch habe sich sein zuvor abwehrendes Verhalten gegenüber den Hausaufgaben grundlegend gewandelt. Er sei nun von sich aus motiviert zu lernen und seine Hausaufgaben gut zu Ende zu bringen und oft sei er nun bereits mit den Schulaufgaben fertig und am Fußball spielen, wenn der Vater nachmittags nach Hause käme.

Javids Vater entschuldigte sich in dem Gespräch bei mir, dass er zunächst so ungehalten auf mein Angebot, seinen Sohn zu behandeln, reagiert hätte. Er habe ja nicht gewusst, wie schlecht es Javid innerlich gegangen sei und er habe einfach nicht verstanden, warum sein kluger Sohn einfach das Lernen verweigerte, obwohl er diese einmalige Chance hatte, in Deutschland zur Schule gehen zu können. Nun habe er aber verstanden, dass Javid nicht habe lernen *können*, so lange er noch von den Erinnerungen an den Krieg und die Flucht überflutet worden sei und es täte ihm leid, dass er seinem Sohn so viel Druck gemacht hätte.

**Ich hatte Javids Eltern in der Zeit zwischen den beiden Trauma-Sitzungen das mehrsprachige Traumabilderbuch für traumatisierte Flüchtlingskinder von Susanne Stein in ihrer**

**Muttersprache Dari mitgegeben, das auch psychoedukative Informationen für die betroffenen Eltern enthält (www.susannestein.de). Für Javids Vater war es eine große Hilfe und Entlastung gewesen, das Verhalten seines Sohnes, das für ihn oft eine Geduldssprobe gewesen war, mit Hilfe dieses Buches vor dem Hintergrund der erlittenen Traumatisierungen besser verstehen zu können.**

Javids Vater versicherte mir, dass er nun auch bereit wäre, Javid unbegrenzt zu weiteren Stunden in den Jugendpsychiatrischen Dienst zu bringen. Er habe keinerlei Bedenken mehr und wünsche sich, dass ich auch den Bruder von Javid und eventuell auch seine kleine Schwester einmal anschauen würde. Er habe zunächst Angst gehabt, die Lehrer könnten seine Kinder aufgrund der psychologischen Behandlung nur noch als beschädigte und traumatisierte Flüchtlingskinder wahrnehmen und nicht mehr in ihren Stärken. Diese Bedenken habe er jetzt aber nicht mehr, denn die Lehrer hätten ihm seit der Behandlung sehr gute und wohlwollende Rückmeldungen über das Verhalten und die Leistungen seines Sohnes gegeben.

Als Javids Vater dies sagte, brach er plötzlich in Tränen aus. Es war, als wenn sich in diesem Moment seine ganze zurückgehaltene Wut und Trauer über das erlittene Leid in Afghanistan Bahn brach. Hemmungslos schluchzend versicherte er mir, dass er ja überhaupt nicht geahnt hätte, dass seine Kinder die Erinnerungen an den Krieg in Afghanistan und an die Flucht nach Deutschland noch so lange mit sich herumschleppen würden. Er hätte gehofft, dass sie alles schnell würden vergessen können. Er habe doch all die Strapazen und Einschränkungen der Flucht auf sich genommen, damit die Kinder es einmal besser haben sollten und nun käme es ihm vor, als wenn der Krieg sie immer noch bis nach Deutschland verfolgen und seine Familie immer noch vergiften würde.

**Mithilfe von Distanzierungs- und Integrations-Techniken konnte auch Javids Vater geholfen werden, das Erlebte und die lange zurückgehaltene Wut und Trauer über das Erlittene und Verlorene ein Stück weit besser zu bewältigen und einen Teil der immensen Last, die er für seine Familie während der Flucht und während des Neuanfangs in Deutschland getragen hatte, hinter sich zu lassen.**

Am Ende des Gespräches kam es dann noch zu einer sehr anrührenden **Versöhnungsgeste mit seinem Sohn Javid**, der während des Gespräches draußen im Wartebereich gewartet hatte. Javids Vater hatte das dringende Bedürfnis, ihn am Ende der Stunde herein zu holen und sich bei ihm in aller Form für den Druck zu entschuldigen, den er in den vergangenen Monaten auf ihn ausgeübt hatte, um ihn zu besseren Leistungen und angepassterem Verhalten in der Schule zu bewegen. Beide nahmen sich daraufhin weinend in den Arm und versprachen sich, in Zukunft nur noch gemeinsam und nicht mehr jeder für sich alleine über das zu trauern, was sie in ihrem Heimatland und auf der Flucht erlitten hatten.

**Nach dem Gespräch verließen Vater und Sohn versöhnt und Hand in Hand, mir noch fröhlich zuwinkend, den Jugendpsychiatrischen Dienst. „Ich glaube, ich brauche nicht mehr hier her zu kommen!“ rief Javid mir noch fröhlich zu. „Danke, dass ich herkommen durfte! Aber ich glaube, ich bin nun ein anderer Javid geworden und ich will jetzt nur noch mit meinen Freunden Fußball spielen und nicht mehr zu Terminen herkommen müssen!“**

Bei einem **Nachgespräch 5 Monate später** nach den Sommerferien, Javid war mittlerweile 10 Jahre alt geworden und in die 4. Klasse gekommen, berichtete er mir dann, dass es ihm weiter durchgängig besser ginge.

Er könne gut einschlafen und habe keine Alpträume oder Flashbacks mehr und er sei nicht mehr in Sorge um seine Großeltern, zu denen er nun regelmäßig telefonischen Kontakt habe. Mit den Jungen aus seiner Klasse sei er jetzt gut befreundet und es gebe keine Prügeleien mehr, „höchstens mal aus Spaß“. In der Schule habe sich auch eine Fußballmannschaft gebildet, in der er mitspielen dürfe. Das mache ihm großen Spaß. In der Mannschaft sei auch ein Mädchen, Luise, mit der er sich befreundet habe. Seine Eltern seien erst dagegen gewesen, dass sie sich auch Nachmittags trafen und er sie auch privat zuhause besuchte. Aber er habe sie trotzdem schon drei Mal besucht - heimlich. Sie habe eine sehr nette Mutter. Mittlerweile habe aber auch seine Mutter Luises Mutter kennengelernt und sie hätten sich zum Glück gut verstanden. Nun hoffe er, dass sein Vater erlauben werde, dass er sich häufiger mit ihr verabrede und sie auch zuhause besuchte.

Auf meinen Vorschlag hin, dass er noch einmal ein „Kraft-Kreis-Bild mit dem Javid von heute in der Mitte“ und ein „Wolkenbild“ malen könnte, malte Javid sich auf die eine Seite eines großen Malbogens mit einem Schutzmantel-Kreis in die Mitte des Blattes. Er malte sich mit einem Häuptlings-Federschmuck um den Kopf und mit zwei Sprossenfenstern rechts und links von sich, „durch die man zu beiden Seiten hinausschauen kann, nach Deutschland und nach Afghanistan“, wie er sagte. Als Kraftquellen, die ihm Freude bereiteten, malte Javid dann mit strahlendem Gesicht seine neue Freundin „Luise“, schrieb noch einmal das Wort „Fußball“ auf das Blatt, den Sport, den er sowohl in Afghanistan als auch in Deutschland mit seinen Freunden ausgeübt hatte. Und er malte schließlich noch ein Motorrad, mit dessen Darstellung er erst nicht ganz zufrieden war, das ihm im zweiten Anlauf dann aber doch zu seiner Zufriedenheit gelang: „Wenn ich älter bin, dann möchte ich so ein Motorrad fahren. Mein Vater hatte in Afghanistan so ein Motorrad und ich durfte manchmal mit ihm mitfahren. So ein Motorrad möchte ich später auch haben!“

Auf die Rückseite des Blattes malte Javid als „Wolkenbild“ eine große blaue Wolke, in die er mich „Wolke, Bevorstehender Umzug“ hineinschreiben ließ.

Javids Familie hatte gerade erfahren, dass sie am Ende des Monats die jetzige Flüchtlingsunterkunft würde verlassen müssen. Das Flüchtlingsheim, in dem sie seit einigen Monaten in einer kleinen abgeschlossenen Wohneinheit wohnten, sollte abgerissen werden.

Javids Eltern hatten sich seit vielen Monaten, auch mithilfe der ehrenamtlichen Flüchtlingshelferin, intensiv um eine eigene Wohnung gekümmert – aber ohne Erfolg. Als Flüchtlingsfamilie eine Wohnung zu finden, ist in Hamburg eine fast unlösbare Aufgabe. Sie hatten nun erfahren, dass sie gezwungen sein würden, erneut in eine Sammelunterkunft umzuziehen, wenn es ihnen nicht gelang, bis zum Monatsende selbständig eine eigene Wohnung zu finden. Ein Recht, in dem jetzigen Bezirk zu bleiben, in dem Javid sich nun mit Mühen und vielen Hilfen endlich in die dritte Grundschule seit seiner Ankunft in Deutschland integriert hatte, gab es nicht.

Javid stand also nun am Anfang des 4. Schuljahres ein erneuter Schulwechsel unmittelbar bevor. Dies belastete ihn verständlicherweise sehr. Auf die Frage, was ihm half, dies auszuhalten sagte er: „Mein Vater hat mir versprochen, dass er mich dann trotzdem jeden Morgen in meine jetzige Schule bringen wird.“

Javid waren die Zweifel ins Gesicht geschrieben, ob es möglich sein würde, dass sein Vater dieses Versprechen einhalten konnte. Aber er lächelte tapfer und lenkte sich schnell mit einer anderen Tätigkeit ab.

Im kurzen Nachgespräch mit Javids Vater berichtete dieser, dass er am Vortag im zweiten Anlauf seinen Deutschkurs erfolgreich abgeschlossen hätte. Er werde sich nun bemühen, Busfahrer zu werden, dies passe zu seinem vorigen Beruf in Afghanistan, wo er zusammen mit seinem Vater Logistik-Unternehmer gewesen sei. Auch seine Frau sei nun, wo ihre kleine Tochter zwei Jahre alt geworden und in den Kindergarten gekommen sei, zu einem Deutschkurs angemeldet. Zurzeit würden sie sich darum bemühen, auch die Großeltern nach Deutschland nach zu holen, die sich mittlerweile in Griechenland aufhielten. Es gebe nun Hoffnung, dass die Familie bald wieder vereint in Deutschland wohnen könne.

Javid wirkte sehr erleichtert darüber, dass es seinem Vater erneut gelungen war, die soziale Situation der Familie zu verbessern und auch die schwierige Situation der Großeltern und ihren Nachzug nach Deutschland einen weiteren Schritt voran zu bringen.

Erneut verließen Vater und Sohn ein Stück weit erleichtert den Jugendpsychiatrischen Dienst - mit einer Bescheinigung von mir und der Kinderärztin des Dienstes in der Hand, dass es für Javid, seinen Bruder und die ganze Familie aus fachlicher Sicht dringend erforderlich sei, in einer Flüchtlingsunterkunft mit abgeschlossener Wohneinheit im gleichen Bezirk untergebracht zu werden.

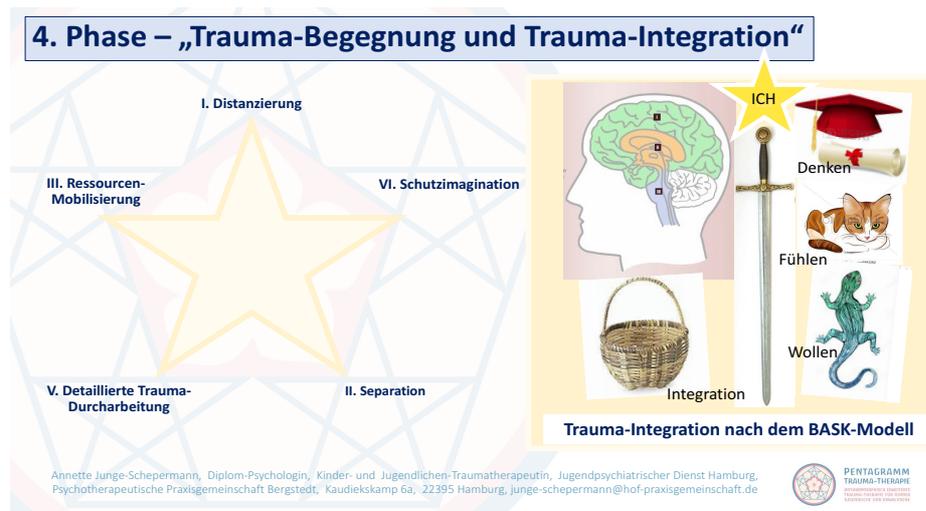
Javids Vater tat es sichtlich gut, dass wir uns in dieser Weise wenigstens noch einmal bemühten, auch die äußere soziale Situation der Familie zu unterstützen - auch wenn er und wir im Grunde wussten, dass es in der bestehenden politisch-gesellschaftlichen Situation kaum Aussicht darauf gab, dass der Familie durch eine solche Bescheinigung ein neuerlicher Umzug in einen anderen Bezirk und Javid damit ein erneuter Schulwechsel auch tatsächlich erspart werden würde.

Damit komme ich mit dieser Fallvorstellung der Behandlung des 9-jährigen afghanischen Flüchtlingskindes Javid zum Ende.

Es bleibt mir noch, mich sehr herzlich bei dem deutsch-afghanischen Verein Kinder in Not e.V. für das großzügige zur Verfügung-Stellen eines Teils des während des Vortrages verwendeten Bildmaterials zu bedanken. Und ich bedanke mich bei Ihnen als Zuhörern und Lesern des Vortrages für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit!

Annette Junge-Schepermann, Diplom-Psychologin und Kinder-Traumatherapeutin, Hamburg

Es folgt noch ein Nachtrag aus dem mündlichen Vortrag zum neurobiologischen und zum anthroposophischen Verständnis der Trauma-Integrationsarbeit nach dem BASK-Modell:



Nun möchte ich mit Ihnen noch der Frage nachgehen: Was geschieht eigentlich bei einer Trauma-Integration nach dem BASK-Modell? Dafür gibt es verschiedene Erklärungsmodelle.

#### **Eines ist das neurobiologische Erklärungsmodell:**

In der Traumasituation wird aus Überlebens- und Reizschutzgründen im Zuge des neurophysiologischen Notfall-Programms das Zusammenspiel von Großhirn, Mittelhirn und Stammhirn verändert. Das Stammhirn übernimmt das Zepter, das Gefühlsleben wird auf Eis gelegt, es geht nur noch um das Überleben: Kampf, Flucht oder Erstarrung.

Die Erlebensbereiche des Denkens, Fühlens, Körperspürens und Wollens werden dabei auseinandergerissen und fragmentiert gehalten – u.a. aus Reizschutzgründen.

Bei der Trauma-Durcharbeitung, z.B. mithilfe einer Trauma-Begegnung in der Vorstellung oder im symbolischen Sandfeld unter Berücksichtigung des BASK-Modells, werden diese Erlebensfragmente in einem beruhigten, gelassenen Zustand, der durch die vorbereitende und parallel stattfindende Stabilisierungsarbeit erreicht wird, unter Anleitung des Therapeuten wieder mit Hilfe der bewussten Aufmerksamkeit zusammengesammelt und re-integriert.

#### **Aus unserem anthroposophischen Verständnis heraus würden wir dies vielleicht etwas anders beschreiben wollen. Ich mache mal einen Versuch:**

In der Trauma-Situation kommt es zu einer Erschütterung des Wesensgliedergefüges. Die Grundkräfte der Seele: Denken, Fühlen und Wollen werden dabei aus ihrem harmonischen Zusammenspiel gelöst. Durch ein nachträgliches Ich-haftes Bemühen um Gelassenheit und eine Beherrschung der Denk-, Fühl- und Willenskräfte werden die Ich-Kräfte des Betroffenen so gestärkt, dass es ihm schließlich gelingt, das zunächst verloren gegangene harmonische Zusammenspiel des Denkens, Fühlens und Wollens wieder bewusst und aus eigener Kraft herzustellen.

Die therapeutische Integrations-Arbeit unterstütze ihn dabei, dass dies auch unter den erschwerten Bedingungen in Bezug auf die Erlebnisse in der Trauma-Situation gelingt. Dies führt in vielen Fällen zu einer Reifung seiner Ich-Kräfte und zu einer Transformation seiner Denk-, Fühl- und Willensregungen.

Im Gehirn, als Spiegel dieser Vorgänge, findet sich diese Reifung und Transformation auf einer neurophysiologischen Ebene wieder.

Traumata sind unvorbereitete Grenzerlebnisse der Seele. Grenzerlebnisse an der Schwelle zur geistigen Welt führen nach Steiner zu einer Trennung der Kräfte des Denkens, Fühlens und Wollens.

In GA 10, *Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten*, schreibt Steiner in Bezug auf die Trennung der Kräfte des Denkens, Fühlens und Wollens in dem Kapitel *Die Spaltung der Persönlichkeit während der Geistesschulung* Folgendes:

*„Durch die geschilderte Trennung der Kräfte des Denkens, Fühlens und Wollens ist nun (...) eine dreifache Verirrung auf dem Entwicklungsgange des Menschen möglich. Eine solche kann eintreten, wenn die Verbindungsbahnen zerstört werden, bevor das höhere Bewusstsein mit seiner Erkenntnis so weit ist, dass es die Zügel, die ein freies harmonisches Zusammenwirken der getrennten Kräfte herstellen, ordentlich zu führen vermag.“*

Vielleicht können wir sagen: In der Traumatherapie werden die Patienten unterstützt, die durch das Trauma zerstörte harmonische Verbindung der Kräfte des Denkens, Fühlens und Wollens mithilfe der Trauma-Bewältigungs-Techniken bewusst und selbstverantwortlich in die Hand zu nehmen, um aus den Irrpfaden der Trauma-Folgestörungen wieder herauszufinden.

Dadurch kann aus den unvorbereiteten Grenzerlebnissen der Trauma-Situation eine Transformation der Seelenkräfte im Sinne eines posttraumatischen Wachstums des Betroffenen hervorgehen, wie wir sie auch tatsächlich bei vielen Betroffenen nach einer erfolgreichen Trauma-Bewältigung beobachten können.

Das Trauma und die leidvollen Traumafolgesymptome, welche die Betroffenen ständig dazu herausfordern, nach Wegen der Integration des Erlittenen und nach einer Linderung seiner Folgen zu suchen, können so zum Anlass werden, sich auf einen Weg der seelischen und geistigen Schulung am Leben und am Schicksal zu begeben. Dieser Prozess kann in vielen Fällen durch eine ganzheitlich ausgerichtete therapeutische Hilfestellung unterstützt und erleichtert werden.

Das Trauma als Schicksals-Schulung und als eine Chance für eine geistig-seelische Reifung zu begreifen – vielleicht kann das, neben vielem anderem, ein wesentlicher Beitrag der anthroposophischen Heilkunde zur Trauma-Heilung des Einzelnen und zur Trauma-Forschung und zur Trauma-Wissenschaft insgesamt sein.