

Stephanstift  
Ev. Jugendhilfe

Fachtag  
13.09.2018

**„Parentale Hilflosigkeit“  
als Traumafolgestörung**

Karl Heinz Pleyer, Dipl. Psych., Viersen 1

**Drei Konstrukte werden vorgestellt**

1. „Parentale Hilflosigkeit“
2. das „Parentale Trauma“
3. „co-traumatische“ Prozesse  
zwischen Eltern und Kindern

2

**Themenübersicht:**

- 1. „Parentale Hilflosigkeit“  
ein Traumafolgephänomen?**
2. „parentale“ Traumatisierung  
dissoziiertes Thema in der Psychotraumatologie?
3. „co- traumatische“ Prozesse  
Taufelskreise in Eltern- Kind- Beziehungen

3

**Zwei Sichtweisen  
mit unterschiedlichen Konsequenzen:**

Kinder werden Therapeuten  
oder der Jugendhilfe  
zugeführt, weil sie eine  
„Verhaltensstörung“ haben      ⇒      **Kind im Fokus**

Kinder werden vorgestellt,  
wenn Eltern hilflos geworden  
sind, das Problem aus eigener  
Kraft zu lösen      ⇒      **Eltern im Fokus**

4

**Ausgangslage**

Traditionelle Sicht:  
Verhaltensauffälligkeiten von Kindern  
werden als Störungen, Krankheiten etc.  
definiert: (ICD und DSM)

Eltern sind keine Patienten!

Eltern werden vielfach als Verursacher gesehen.



**Sind Eltern „verhaltensauffälliger“  
Kinder selbst „verhaltensauffällig“?**

**Klinische Untersuchung**

- **1. Frage  
Auffälligkeiten im Erziehungsverhalten bzw. in der  
Beziehungsgestaltung zum Kind**
- **2. Frage  
Ausmaß der Stressbelastungen in den Familien**

6

## Ergebnis zur Frage 2 „Stressbelastungen“

In allen Familien mehrere gravierende Stressfaktoren, die zusammenwirken und die Bewältigungsmöglichkeiten phasenweise überfordern.

mindestens ein Elternteil seit längerem jenseits der psychischen bzw. physischen Belastungsgrenze.

körperlich, psychisch und/oder psychosomatisch erkrankt

Häufung von Bindungsauffälligkeiten

viele seit ihrer Kindheit chronisch belastet,

Lebenslinien durch periodische Krisen gekennzeichnet,

Leidensdruck bei Eltern meist größer als bei „Patienten“<sup>7</sup>

## Ergebnis zur Frage 1 „Auffälligkeiten“ bei Eltern

### Alle Eltern zeigten Auffälligkeiten

#### - erzieherisches Handeln (Beobachtung durch Pädagogen):

- nutzlose, sich wiederholende Lösungsversuche,
- unpassende, erfolglose Erziehungsmaßnahmen
- Tendenz zum „Mehr- desselben“

#### - kognitive Selbstbeschreibungen:

- Erschütterungen im Selbstbild als Eltern
- Verlust der parentalen Wirksamkeitsüberzeugung

#### - emotionales Erleben:

- Hilflosigkeit und Ohnmacht gegenüber dem „Problem- (Kind)“
- Scham gegenüber der Umwelt, Beschädigung elterlichen Stolzes
- Energieverlust in Beziehungsgestaltung und Erziehung
- Ambivalenz im Beziehungs- und Bindungserleben
- Große Distanz oder übermäßige Nähe

## „parentale Hilflosigkeit“, ein systemisches Konstrukt

### Definition

- Chronifizierte Beeinträchtigung im elterlichen Wirksamkeitserleben, Hilflosigkeit im erzieherischen Handeln, insuffiziente Wahrnehmung elterlicher Verantwortung,
- auf den Umgang mit dem Problemkind bezogen,
- keine generelle Inkompetenz in Erziehung bzw. Lebensbewältigung,
- kein Persönlichkeitsmerkmal, keine Eigenschaft!
- Vielmehr: Merkmal des kommunikativen Umgangs bzw. der besonderen Beziehung zum Kind!

wie ein besonderer, eigenartiger Dialekt zwischen hilflosem Elternteil und Problemkind

## Vier Symptombereiche

handlungsleitend für Therapie und Pädagogik

### 1. Auffälligkeiten in der Wahrnehmung

Selektive Wahrnehmung, Fehldeutungen der Botschaften und Intentionen des Kindes

### 2. Auffälligkeiten der Konfliktregulierung,

unzureichende Konfliktlösung bzw. Vermeidung von Präsenz

### 3. Auffälligkeiten in der Wahrnehmung der parentalen Verantwortung

(aktive bzw. passive Verantwortungsabgabe)

### 4. Tendenz zur Isolation,

mangelnde Kooperation mit Erziehungspartnern

## „Parentale Hilflosigkeit“ zur Herleitung des Begriffes

Begrifflich angelehnt an das Konstrukt "Erlernte Hilflosigkeit"

Sie entsteht in traumatischen Situationen, die man weder durch Flucht noch durch Angriff abwenden kann.

Sie resultiert aus der Überzeugung/ Erwartung, Stressfaktoren aus eigener Kraft nicht beeinflussen zu können.

Sie zerstört die Bereitschaft, sich selbst aus leidvollen Situationen zu befreien. Sie ist der Boden für Passivität und Depression.



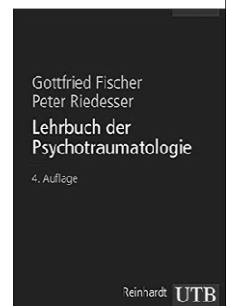
Martin E.P. Seligman, 1967

## „Parentale Hilflosigkeit“ als Traumafolgephänomen

**Hilflosigkeit ist in allen Traumadefinitionen eine dominante Erlebensqualität**

**„Erlernte Hilflosigkeit“ ist eine zutreffende phänomenale Beschreibung des Traumas auf der psychologischen Ebene.**

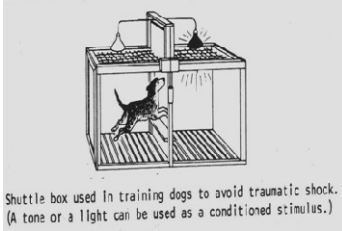
(Fischer & Riedesser, 1999)



### Zweikammerexperiment

Solomon und Wynne (1953)

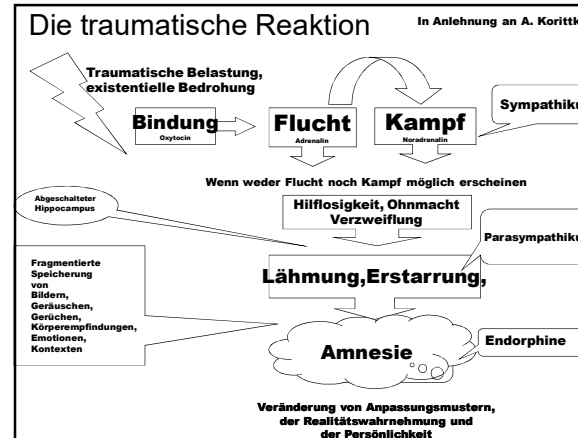
Versuchsanordnung:



Elektroschock wird angekündigt, indem das Licht in der Kammer, in der sich der Hund befindet, gelöscht wird.

Der Hund kann angekündigte Elektroschocks vermeiden, wenn er in die erhellte Kammer springt.

Shuttle box used in training dogs to avoid traumatic shock. (A tone or a light can be used as a conditioned stimulus.)



### Dominante Auffälligkeiten in Symptomen der Parentalen Hilflosigkeit:

„dissoziative“ Informationsverarbeitung

- Vermeiden, Ignorieren, Vergessen, Verdrängen, Dissoziieren, Realitätsverzerrungen etc.
- Erstarrung und Lähmung, (wo das Kind Präsenz bzw. promptes Reagieren herausfordert.)

Kommunikative Funktion:

Selbstschutz

- Schutz vor eigener Überlastung,
- Reduktion auf rudimentäres Funktionieren

### Komplexe traumatische Stressbelastung

Familien in JPS, ambulanter und stationärer Jugendhilfe zeigen **komplexe** Stressbelastungen, die die **Bewältigungsmöglichkeiten mehrerer Mitglieder überfordern**

- unbewältigte traumatische Belastungen der Vergangenheit
- mehrere **akute** Stressfaktoren mit kumulierender Wirkung
- mehr als eine Person betroffen
- chronifizierte stresserzeugende Interaktionsmuster
- wechselseitige Ansteckung

### Komplexe traumatische Stressbelastung

Ein Traumbegriff, der am Monotrauma orientiert ist, erweist sich für das Verständnis unserer Familien als zu eng:

Komplexe und zeitlich andauernde Stressbelastungen können (auch ohne einen katastrophalen Auslöser) dieselben Symptome erzeugen wie ein katastrophales Monotrauma (PTBS), „der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt“

Bei langfristiger Überforderung mehrerer Familienmitglieder kommt es zur Ausbildung einer

**„traumatischen Konstellation“**

mit der Folge von Persönlichkeitsveränderungen oder Entwicklung verschiedenster psych. Krankheiten

### Fazit:

## Traumaphänomene

als Merkmale der Beziehungsregulierung in Familien, die Hilfen von Therapeuten und Einrichtungen der Jugendhilfe in Anspruch nehmen,

sind eher die Regel als die Ausnahme!

18

**Themenübersicht:**

1. „Parentale Hilflosigkeit“  
ein Traumafolgephänomen?

**2. die „parentale“ Traumatisierung**

3. „co- traumatische“ Prozesse  
Teufelskreise in Eltern- Kind- Beziehungen

19

**(Traumatischer) Stress für Eltern:**

Die existenzielle Bedrohung des Kindes wird von Eltern gleich belastend erlebt, wie die Bedrohung der eigenen Existenz - meist deutlich schlimmer!!!

- bei drohendem oder tatsächlichen Verlust eines Kindes
- bei der Gefährdung seiner Entwicklung
- bei erlebtem Scheitern in der Elternrolle
- bei Nicht-Gelingen der Versorgung
- bei erlebter Störung in der Beziehung zum Kind
- auch bei versagtem Kinderwunsch

20

**Erstarnte Eltern- Kind- Beziehungsmuster als Traumafolge**

Extremes Erleben von Angst und Stress der Mutter (z. B. bei Risikoschwangerschaft) kann zur Folge haben, dass sich Eltern- Kind- Interaktionsmuster als posttraumatisches Phänomen über die akute Bedrohung/ Belastung hinaus verfestigen (erstarnte, eingefrorene Muster).

**Merkmal:**  
Hohe Stabilität der Interaktionsmuster aufgrund einer beiderseitigen autoregulativen Angststeuerung bei Mutter und Kind

21

**Plädoyer für das „parentale“ Trauma als eigenständige Traumakategorie**

in Traumalehrbüchern und der empirischen Forschung vernachlässigt??

**Das „parentale Trauma“ lässt nicht allein das betroffene Individuum leiden.**

**Es belastet und verändert u. U. die nachfolgende Generation.**

22

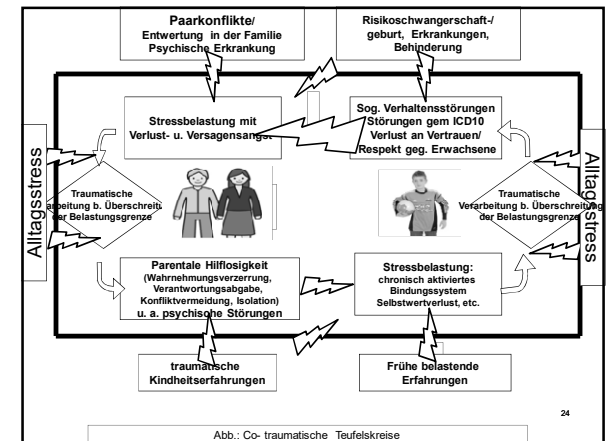
**Themenübersicht:**

1. „Parentale Hilflosigkeit“  
ein Traumafolgephänomen?

2. Das „parentale“ Trauma  
dissoziiertes Thema in der Psychotraumatologie?

3. „co- traumatische“ Prozesse  
Teufelskreise in Eltern- Kind- Beziehungen

23



24

**Interaktionsmuster verfestigen sich zu „Teufelskreisen“:**

Interaktionen sind durch dissoziative Bewältigungsprozesse der bewussten Kontrolle entzogen.

Sie sind durch Chronifizierung (im limbischen System) fest verankert,

werden zeitstabil, änderungsresistent und sind so therapeutisch nur schwer zu beeinflussen

**Resultierende Annahmen**

„Verhaltensauffälligkeiten“ des Kindes und „parentale Hilflosigkeit“ entstehen miteinander. Sie sind wechselseitig aufeinander bezogen. Sie bedingen sich gegenseitig.

Muster in der Regel nur miteinander auflösbar:

Also: Kindertherapie oder professionelle Pädagogik möglichst unter Einbeziehung der Eltern!

28

**Die traumatische „Konstellation“**  
(Begriff der Konstellation von Ludwig Reiter vorgeschlagen)

Wo das Bewältigungsmuster des Einen zum Stressor für den Anderen wird, bekommt die „traumatische Konstellation“ den Charakter eines eigenständig wirksamen Stressfaktors!

Typische Folgen sind Anpassungsmuster, die langfristig zu Persönlichkeitsveränderungen führen. Betroffene fühlen sich selbst oft nicht krank oder gestört. Bewältigungsmuster dienen dazu, im Alltag funktionsfähig zu bleiben. Sie belasten eher die engsten Bezugspersonen.

Täter- Opfer-Dichotomie ist irreführend.

Facit: Eltern als Urheber der kindlichen Störung zu identifizieren, ist therapeutisch unsinnig.

Grundregel für eine traumabezogene Arbeit mit Kindern

**Achtung!**  
**Therapie (und Erziehung) durch professionelle Helfer sind Arbeit auf fremdem Hoheitsgebiet!**

**Die elterliche Verantwortung (Grundlage ihrer Würde) ist unantastbar!**

also: Verantwortung dort lassen (und stärken), wo sie hingehört!

28

**Folgerungen für eine „traumabezogene“ Pädagogik und Therapie mit Kindern und ihren Familien**

nachhaltigste Hilfe für das Kind:

- Auflösung co-traumatischer Interaktionen
- Stärkung des parentalen Wirksamkeitsbewusstseins
- Stärken der Selbstachtung und Würde der Eltern

▪ Wer mit Kindern arbeitet, muss sich daran messen lassen, ob er die Eltern in ihrem Wirksamkeitserleben stärkt (oder etwa schwächt).

▪ Therapeutisch/ pädagogische Arbeit mit Kindern, die die Eltern in ihrer Hilflosigkeit verstärkt, ein Kunstfehler?

29

**Herausforderung für Pädagogen und Therapeuten: Teufelskreise in „Engelskreise“ verwandeln**

Stressfaktoren mindern, anstatt zu erhöhen  
ein **affektives Bündnis mit dem verantwortlichen Elternteil schafft Verbindlichkeit und stärkt das Selbstbewusstsein des Kindes**

Desorganisierte, destabilisierende Bindungsmuster als „normale“ Reaktionen auf „abnormale“ Belastungen **verstehbar machen.**

Integration dissoziierter Anteile anregen u. herausfordern: (Mentalisieren, Achtsamkeit)

Entspannte Beziehungserfahrungen zw. Eltern und Kindern vermitteln

Lebensumfeld (ressourcenbezogen) neu organisieren

30


**Weiterführende Arbeiten:**  
 herunterzuladen bei [www.rgst.de](http://www.rgst.de) 3. Auflage

Pleyer, K.H. (2001): Systemische Spieltherapie – Kooperationswerkstatt für Eltern und Kind. In: Rotthaus, W. (Hrsg.) Systemische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. Heidelberg (Carl Auer Systeme)

Pleyer, K.H. (2003): Parentale Hilflosigkeit, ein systemisches Konstrukt für die therapeutische und pädagogische Arbeit mit Kindern. Familiendynamik, 28 (4), 467-491

Pleyer, K.H. (2004): Co-traumatische Prozesse in der Eltern- Kind- Beziehung. Systema 18(2), 132-149

Pleyer, K.H. (2006): Coaching für Eltern - unverzichtbarer Baustein in der systemischen Kindertherapie. In Tsirigotis, C., von Schlippe, A., Schweitzer- Rothers, J. (Hrsg.), Coaching für Eltern. Heidelberg (Carl Auer Systeme)



### Fallen beim Umgang mit komplexen traumatischen Konstellationen

- 1. Identifikation mit dem Schwächeren:**  
mit dem unversorgten, nicht gut behandelten Kind schafft emotionale Distanz zu Eltern.
- 2. Kulturell tradierte Verständnisfalle (Damasio):**  
Kognitive Defizite rufen Helferimpulse hervor.  
Emotionale Defizite werden eher als moralische Verfehlungen begriffen. Sie rufen Distanzwünsche und Bestrafungsimpulse hervor.  
Defizite aufgrund von körperlichen Verletzungen erzeugen Mitgefühl.  
Die Folgen von Traumata: Mentalisierungsdefizite u. Defizite der Verantwortlichkeit. Sie verursachen besonders beim einfühlsamen Gegenüber Unsicherheit, Angst, Hilflosigkeit und aggressive Gefühle

### Sackgassen für professionelle Helfer

Irreführende Überzeugung mit langer Tradition:  
**Eltern sind Verursacher der Störungen des Kindes.**  
 (Ursache-Wirkungsdenken)

- Schuldzuschreibungen sind**
- aus systemischer Sicht unangemessen
  - hinderlich für die Kooperation mit Eltern
  - schädlich für das Selbstbewusstsein des Kindes

Oft neigen wir dazu, Eltern implizit oder explizit anzuklagen.  
 Aber wir meinen in Wirklichkeit ihre Hilflosigkeit, die mit einer nicht kontrollierbaren Krankheit vergleichbar ist!

### Was brauchen Kinder?

**Stolz auf die eigene Herkunft, Respekt und Achtung gegenüber den eigenen Eltern sind die wichtigsten Quellen für das Selbstbewusstsein von Kindern.**

Kinder brauchen aktive Unterstützung, die zuhause erlebten Muster besser zu verstehen, Erklärungen, die helfen, sich nicht schämen zu müssen, ihre Eltern (wieder) respektieren und sich mit und an ihnen identifizieren zu können.

### Was brauchen Kinder?

**Wenn es professionellen Helfern gelingt, hilflose Eltern in ihren Bewältigungsmustern und Lebensentwürfen zu respektieren, sie als Personen zu achten und ihre Leistungen zu würdigen, stärken sie deren Kinder.**

### Was brauchen („psych. kranke“) Eltern?

#### aktive Unterstützung

- Stress zu reduzieren
- Beziehungen (zu Erziehungspartnern, eigenen Eltern, Lehrern etc.) zu verbessern
- Kinder in ihren Bindungsbedürfnissen wahrzunehmen
- Konflikte mit den Kindern auszutragen
- Verantwortung zu übernehmen
- Wirksamkeitserfahrungen zu machen
- schöne Zeiten mit ihren Kindern zu haben

**Was brauchen („psych. kranke“) Eltern?**

**Stolz auf ihre Kinder  
sind wichtige Quellen für das  
Selbstbewusstsein von Eltern,  
und Grundlage ihrer Autorität**

**Was brauchen wir „Profis“?**

**Risiken für professionelle Helfer**

- Wo wir nichts bewirken (können), entsteht Hilflosigkeit
- Folge: Selbstzweifel, Verlust von Kompetenzüberzeugungen
- Burnout als Langzeitfolge
- durch emotionales Mitschwingen (sek. Traumatisierung), Mitleiden

**Welche Hilfen benötigen die Helfer?**

- Vernetzung statt Einzelkämpfertum
- Traumabezogene Beratung zum Fallverstehen
- Kollegiale Intervention
- Interne oder externe Fall- und Teamsupervision
- Fortbildungen über Trauma, Bindungstheorie etc.
- Selbstreflexion eigener traumatischer Erfahrungen
- Achtsame Selbstfürsorge

**Was brauchen wir „Profis“?**

**Zeit, Zeit und nochmal Zeit:**

- Beziehung herstellen, Familiengeschichte(n) kennenlernen
- Durchschauen der Beziehungsdynamik, Erkennen von Mustern

**Vertrauen und Geduld:**

- Veränderungsresistenz als „normal“ respektieren
- Geschwindigkeit der Familie akzeptieren
- Rückschläge voraussagen und aushalten
- Bleiben anstatt zu flüchten (oder weiter zu verweisen)
- Hineinversetzen (Mentalisieren) anstatt zu Verurteilen

**Wertschätzung und Respekt :**

- die lebenswerten Seiten der Menschen finden
- Die Einzigartigkeit ihrer Entwicklung respektieren
- Das Bedürfnis eines jeden Kindes respektieren, die eigene Existenz als Geschenk zu verstehen