

# Psychotherapeut erklärt Kindheits-Trauma

**Nach der Aufdeckung:** Schreckliche pädagogische Strafen, wie sie Kinder im einstigen städtischen Kurheim erlebten, beeinflussen laut Therapeut Klaus Riedel mitunter das ganze Leben. Er erklärt auch das Schweigen und die schlimm wirkende frühe Trennung

Von Ansgar Mönter

■ **Bielefeld.** Von 1922 bis 1983 betrieb die Kommune Bielefeld ein Kinderkurheim auf Norderney. Wie die *NW Bielefeld* berichtete, sollen in der Einrichtung teilweise grausame Dinge mit den Mädchen und Jungen geschehen sein. Dutzende ehemals „Verschickte“ haben sich mittlerweile bei der Redaktion gemeldet und ihre Erlebnisse geschildert. Der Bielefelder Pädagoge und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut Klaus Riedel erklärt, wie die einst harschen bis brutalen Erziehungsmethoden auf die Betroffenen wirken und was sie tun können.

## DAS LANGE SCHWEIGEN

„Betroffene schweigen deshalb so lange über ihre Erlebnisse, weil ihnen das Traumatisierende oft von einer nahestehenden Bezugsperson – bei Fällen von sexuellem Missbrauch – oder einer Autoritätsperson, der man nicht widerspricht, wie in den Fällen auf Norderney, angetan wurde.“

Als Kind ist man auf Erwachsene, seien es Eltern oder Erzieher, angewiesen und von ihnen abhängig. Wenn man aus dieser Abhängigkeit heraus Dinge tun oder befolgen soll, die man nicht versteht, glaubt man erst einmal, der Erwachsene hat Recht mit dem, was er verlangt oder tut. Als Kind ist man aus der Abhängigkeitsbeziehung heraus nicht immer in der Lage, sich dagegen zur Wehr zu setzen.“

## GEFÜHL DER OHNMACHT

„Zumal in der Kindheit oftmals auch aufgrund der Persönlichkeitsentwicklung die eigene innere Stärke und Sicherheit fehlen, klarehaltungen und Positionen zu formulieren und in der Folge auch Grenzen zu setzen. Selbst wenn von Kindern vorsichtig versucht wird, Grenzen zu set-

zen, werden diese oft ignoriert oder als nichtig abgetan sowie Strafen oder Sanktionen angedroht. Das alles hat zur Folge, dass sich eine Ohnmacht entwickelt, die oftmals auch in eine Unfähigkeit mündet, das Erlebte in Worte zu fassen und mit Außenstehenden darüber zu reden. Außerdem wird von den Gewalt ausübenden Erwachsenen Macht ausgeübt, indem beispielsweise behauptet wird, wenn das Kind nicht macht, was man verlangt, wäre der Erwachsene (oder die Eltern des Kindes) traurig, enttäuscht oder wütend. Und da Kinder erst einmal Vieles tun, um ihre Eltern oder Bezugspersonen zufrieden zu stellen, stellen sie eigene Bedürfnisse zurück und befolgen die Anweisungen ihrer Eltern oder Bezugspersonen.“

## SCHAM UND SCHULD

„Die hier beginnende Ohnmacht und Sprachlosigkeit werden noch weiter zementiert, wenn die Handlungen mit scham- oder schuldbesetzten Themen zusammenhängen. Wenn das Kind sich also schuldig fühlt oder schämt, etwas falsch gemacht zu haben, wird es sich nicht offenbaren und mitteilen, sondern wird sich eher weiter zurückziehen und isolieren, da es ja überzeugt ist, selbst Schuld zu sein. Der Teufelskreislauf beginnt.“

## ABSPALTUNG ALS SCHUTZ

„Durch das sich nicht mitteilen können sowie die Unvorstellbarkeit dessen, was ihnen widerfahren ist, werden diese traumatischen Erlebnisse irgendwann abgespalten. Denn ein immerwährendes Erinnern an die traumatischen Erlebnisse würde zu psychischem Leiden führen, was oftmals nicht aushaltbar ist. Daher reagiert die menschliche Psyche hier ganz „klug“ mit Verdrängung, Abspaltung, Verleugnung, ... Somit kann ein Teil der Persönlichkeit wieder seinen ganz normalen All-



**Pädagoge und Psychotherapeut:** Klaus Riedel.

tagsbeschäftigungen nachgehen – die traumatischen Erlebnisse quälen nicht mehr dauerhaft und sind nicht mehr permanent in Gedanken und Gefühlen präsent.“

## BLITZLICHTER IM GEHIRN

„Wenn jedoch Auslöserreize – sogenannte „Trigger“ – auftauchen, etwa in einem Spielfilm ein Schlafsaal, der an den einstigen Schlafsaal erinnert oder die plötzlich laut werdende Stimme eines Lehrers, die an die laute Stimme der strafenden Betreuerin aus der Kindheit erinnert, oder der Geruch desselben Reinigungsmittels, mit dem zur Zeit der traumatischen Erlebnisse geputzt wurde, können diese wie Blitzlichter im Gehirn die verdrängten Erlebnisse wieder aufflammen lassen. Es entsteht dieselbe Angst, Panik, Ohnmacht,

die in der früheren Kindheit existent war.“

## VERLORENES VERTRAUEN

„Außerdem: Kinder, die zu früh von ihnen sich gut um sie sorgenden Eltern getrennt werden wie auf den früheren „Verschickungen“ sind gefährdet, ihr Vertrauen in nahestehende Bezugspersonen zu verlieren oder dieses gar nicht erst aufbauen zu können. In der Regel sind Eltern für ihre Kinder die ersten und wichtigsten Bezugspersonen. Bereits Säuglinge orientieren sich an ihren primären Bezugspersonen/Eltern, indem sie sich von deren Gefühlen mitreißen lassen und beispielsweise lächeln, wenn sie angelächelt werden oder verwirrt/traurig blicken, wenn sie den traurigen Gesichtsausdruck eines Elternteils wahrnehmen.“

## SPIEGELUNG DER GEFÜHLE

„Das heißt, dass Kinder auf die Sicherheit und Halt gebende Beziehung ihrer Eltern angewiesen sind, um sich selbst entwickeln zu können. Eltern können Sicherheit vermitteln, wenn das Kind beispielsweise Angst vor einem großen Hund hat oder nicht einschlafen kann. Dafür ist es aber nötig, dem Säugling oder kleinen Kind einen konstant zur Verfügung stehenden Erwachsenen an die Seite zu stellen, denn Bindung, Beziehung und Si-

cherheit entwickeln sich nur durch Konstanz, Ausdauer und feinfühliges Spiegelung der Gefühle des Kindes.“

All das ist nur äußerst schwer möglich, wenn das Kind sich dauernd wechselnden Bezugspersonen gegenüber sieht oder noch gar keine innere Basis von Sicherheit aufgebaut hat. Zeitweise Trennungen von den primären Bezugspersonen/Eltern können nur verkraftet werden, wenn das Kind Sicherheit verinnerlicht hat. Liegt diese innerlich verankerte Sicherheitsgefühl nicht vor, wie das bei sehr jungen Kindern oft der Fall ist, wird eine unvorbereitete und längere Trennung von den Eltern oder primären Bezugspersonen mehr Schaden anrichten als nutzen.“

## ELTERN NIE WIEDERSEHEN

„Hinzu kommt, dass gerade kleine Kinder Zeiträume von mehreren Tagen oder gar Wochen noch gar nicht überblicken und begreifen können und bei einer längeren Trennung von den Eltern davon ausgehen, sie gar nicht mehr wiederzusehen. Insofern sollte gerade bei jüngeren Kindern im Vorschulalter nur in besonders begründeten Fällen – medizinisch oder therapeutisch indiziert – eine längere Trennung von den Eltern in Erwägung gezogen und behutsam vorbereitet werden.“

## ZUM OPFER WERDEN

„Entsprechend erlebte und wiederholte „Erfahrungen“ von Kindern wie „auf mich hört sowieso keiner“ oder „ich bin ohnmächtig, kann nichts machen“ schlagen sich im Selbstkonzept nieder. Das Kind wird irgendwann der festen Überzeugung sein, dass seine Wünsche, Bedürfnisse und Aussagen nicht gehört werden oder dass es selbst eh nichts bewirken kann. Mit dieser Überzeugung wird es ähnliche Erfahrungen auch in neuen sozialen Kontexten machen, in

der Peergruppe oder in Partnerschaften eher zum „Opfer“ werden. Insofern ist es umso wichtiger, Kindern – unabhängig davon ob sie traumatisiert sind oder nicht – Möglichkeiten der eigenen Stärke, der eigenen Selbstwirksamkeit und Kraft an die Hand zu geben, um dem entgegenzuwirken.“

## BEWUSSTWERDUNG

„Betroffene im Erwachsenenalter sollten sich zunächst einmal bewusst machen, inwiefern ein Leidensdruck besteht. Es gibt viele Menschen, die trotz verschiedener belastender und/oder traumatischer Erlebnisse in ihrer Biografie nicht daran zerbrochen sind, sondern relativ gut und zufrieden leben.“

## SELBSTHEILUNGSKRÄFTE

„Diese Menschen verfügen über innere Selbstheilungskräfte und ein hohes Maß an Resilienz, die psychische Widerstandsfähigkeit, Krisen konstruktiv zu bewältigen, und benötigen meist keine weitere therapeutische Unterstützung. Wenn jedoch verschiedene das Leben beeinträchtigende Symptome vorliegen und ein hoher Leidensdruck besteht, sollte man einen Psychotherapeuten, eine Beratungsstelle oder eine Klinik aufsuchen, um dort entsprechend weitere individuelle Unterstützungs- und Hilfsangebote zu besprechen und umzusetzen.“

## AUFARBEITUNG BEGINNEN

„Das können erst einmal stabilisierende und Sicherheit vermittelnde Interventionen sein, um den Alltag wieder besser in den Griff zu bekommen, das kann auch ein behutsames Aufarbeiten des Erlebten sein. All das sollte jedoch sehr an den Wünschen und Bedürfnissen der Patienten orientiert geschehen, um den lange erlebten Gefühlen der Ohnmacht und des Ausgeliefertseins entgegenzuwirken.“



*Nordseebad Norderney - Kinderkurheim Lanchrei Bielefeld*  
**Kinderkurheim Bielefeld auf Norderney:** Dort, so berichten viele einst dorthin Verschickte, geschahen schreckliche Dinge. FOTO: NW BIELEFELD