

Paul Neumann und Steffen Neumann

Entwicklungs-trauma, geerbt oder erlernt? Über das Hier und Jetzt das Gestern verändern

Einführung

Einen Artikel über ein so großes Thema zu schreiben, macht viel Freude und ist doch der Versuch, einen riesigen Steinbrocken den Berg hinaufzurollen. Die Vielschichtigkeit ist enorm und kann beliebig vertieft werden. Im folgenden Artikel geht es nicht nur darum, ob die mit traumatischen Erfahrungen assoziierten Verhaltensauffälligkeiten, also das letztendlich Beobachtbare, mit der Transmission von Genveränderungen an die Nachkommen (Vererben) oder mit im aktuellen Leben erworbenen Mustern (Erlernen) erklärbar sind. Denn die dahinterliegende Frage, die man sich als Pflege-, Adoptivfamilie oder Erziehungsstelle stellt, ist eine viel grundlegendere: Habe ich eine Chance, bei einem (entwicklungstraumatisierten) Kind etwas zum Guten zu verändern, also die ggf. geerbten oder erlernten Anteile von Entwicklungs-traumata in ihrer Konsequenz für das Kind zu verändern? Es geht also um die Hintergründe und Konsequenzen für die förderliche Erziehung von entwicklungs-traumatisierten Kindern in Fremdunterbringung.

Hintergründe von Entwicklungs-traumata

Zum fachlichen Verständnis müssen wir zwischen „Schocktrauma“ und „Entwicklungs-trauma“ unterscheiden. Ein Schocktrauma ist ein einmaliges oder kurzweiliges Erlebnis, welches zu einem massiven und häufig als störend empfundenen Lernergebnis führt. Stellen Sie sich beispielsweise vor, Sie halten einen Vortrag vor einer großen Gruppe und bekommen plötzlich Atemnot, Schweißausbrüche und Druck auf der Brust. Sie geraten in Panik und verlassen die Bühne. Die Wahrscheinlichkeit wird hoch sein, dass Sie von nun an Angst haben, einen Vortrag auf einer Bühne zu halten. Ihre Psyche hat gelernt, dass Ihnen das nicht guttut. Sie haben ein Trauma erworben, einen Lernprozess abgeschlossen. In dem einen oder anderen Ausmaß hat jeder von uns solche Lernprozesse hinter sich und teilweise auch selbst verändert. Sie gehören also zum Aufwachsen und Leben dazu.

Im Unterschied dazu sind Entwicklungs-traumata überdauernd und lebensweltumfassend. D.h., Sie erleben die traumatisierenden Bedingungen, wie sexuellen Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung oder Mangelernährung, über lange Zeit und in allen Ebenen Ihres Lebens. Wenn Sie beispielsweise dauerhaft hungern, hat dies nicht nur Auswirkungen auf Ihren Vortrag, sondern auf Ihre gesamte Konstitution, die sich auch auf Ihr Zusammenleben mit anderen, Ihren Schlaf etc. niederschlägt. Bei Kindern kommt erschwerend hinzu, dass sie sich in einer sensiblen Phase ihrer eigenen Entwicklung befinden. Ein besonderes Augenmerk legen wir hierbei

auf das Alter von 0 bis 5 Jahren, wobei wir pränatale Faktoren mitbetrachten, da sich in dem Alter kritische Systeme für die weitere Entwicklung des Kindes herausbilden: Das Nervensystem (z.B. Gehirn), das Selbst im Bezug zur Welt, die Aneignung von Verhaltensmustern (Vorbild), die Einordnung von „Normalität“, etc. In der Konsequenz haben Entwicklungs-traumata bei Kindern einen massiveren Einfluss auf die weitere Entwicklung als Entwicklungs-traumata bei Jugendlichen oder Erwachsenen.

Woran erkenne ich ein Entwicklungs-trauma?

Auswirkungen bei Kindern

Auswirkungen auf die Entwicklung

Entwicklungs-traumatisierte Kinder bringen bereits mit wenigen Jahren eine entbehrensreiche Lebensgeschichte mit sich, die sich maßgeblich auf die weitere Entwicklung und die Verhaltensmuster in der Fremdunterbringung auswirkt. Überblicksartig zusammengefasst gehören hierzu:

- teils gravierende Entwicklungsverzögerungen (z.B. Spielverhalten eines 8-jährigen auf dem Stand eines 3-jährigen Kindes),
- instabile Persönlichkeit (insbesondere verbunden mit einem destruktiven und häufig Ich-bezogenen Selbstbild),
- problematische Verhaltensauffälligkeiten (u.a. verbunden mit außergewöhnlicher Unruhe, lustbetontem Verhalten in Verbindung mit geringer Anstrengungsbereitschaft).

Auswirkungen auf Persönlichkeitsmuster

Hinzu kommt, dass die Psyche des Kindes aus den bisherigen Beziehungen zu Erwachsenen gelernt hat, dass es sein (psychisches wie körperliches) Überleben selbst sichern muss. Hierdurch kommt eines von zwei Mustern zum Ausdruck:

Im unterwürfigen Muster werden Grenzen vom Kind frühzeitig „akzeptiert“ und es verhält sich teilweise überangepasst, d.h., es versucht mit vielen Mitteln und widerspruchsfrei dafür zu sorgen, dass es den Erwachsenen gut geht. In Konfliktsituationen rennt es weg, bricht in Tränen aus oder verletzt sich selbst. Es kommt zu Selbstanschuldigungen und zum Aufbau bzw. Festigen eines entsprechenden Selbstbildes.

Im Muster der destruktiven Verselbstständigung testet das Kind weiter aus, ob die Erwachsenen (Pflege- oder Adoptiveltern, bzw. Fachkräfte) auch wirklich ihre gesetzten Grenzen halten. Dies kann äußerst belastend sein und Ausmaße annehmen, bei denen die Grenzen kaum noch oder nicht mehr haltbar sind und sich Zweifel breitma-

chen, ob es die richtige Entscheidung war, das Kind aufzunehmen. Hierzu gehören auch die sogenannten „Systemsprenger“.

Auswirkungen auf den pädagogischen Alltag

Im pädagogischen Alltag äußert sich das über den Drang der Kinder zu unmittelbarer Bedürfnisbefriedigung, d. h., werden Bedürfnisse aufgeschoben, reagieren sie mit massiver Verweigerung (Schreikampf, Schlagen oder Beißen). Weiterhin haben die Kinder ein hohes Autonomiestreben, verbunden mit einem hohen Maß an Instrumentalisierung, was z. B. im Spiel mit anderen Kindern auffällig wird, wenn Spielgegenstände und Spielszenarien übernommen werden.

Spezielle Ausdrucksformen von Entwicklungstraumata können über Flashbacks, also das Wiedererleben vergangener Erlebnisse z. B. im Traum oder im Alltag über Trigger oder Re-inszenierungen, also das Nachstellen oder Nachahmen des (unbewusst) Erlebten z. B. im Spiel, auftreten. Wichtig: Nicht jedes spielerisch wiederholt auftretende Muster ist unmittelbarer Ausdruck traumatischer Erfahrungen. Spielt ein Kind zum Beispiel wiederholt Krieg, muss es nicht aufgrund tatsächlicher Kriegserfahrungen oder der Spiegelung des „inneren Krieges“ sein, der in ihm vorgehe. Es ist ebenso möglich, dass das Kind die Form des Krieges nutzt, um ein positives Selbstbild zu entwickeln, wenn es dabei „den Guten“ spielt. Immerhin eignen sich Kriege als Szenarien besonders dafür, um „Gut“ und „Böse“ zu simplifizieren.

Entwicklungstrauma – geerbt oder erlernt?

Die Rolle der Gene – epigenetische Vererbungen

Die Erkenntnisse der Forschung geben uns Hinweise darauf, dass genetische Veränderungen bestimmter Generationen aufgrund massiv traumatischer Erfahrungen (z. B. Krieg, Hungersnot) an die nächste Generation weitervererbt werden können, die wiederum die Empfindlichkeit gegenüber Stress, die Häufigkeit bestimmter Erkrankungen (z. B. Diabetes¹) oder die Körpergröße beeinflussen. Dies ist Gegenstand der Epigenetik, der fachlichen Auseinandersetzung wie Umwelteinflüsse und Gene in Verbindung stehen. Im Unterschied zu Mutationen, also Veränderungen des Genmaterials selbst (Gegenstand der Genetik), treten epigenetische Veränderungen, also die Veränderung der Aktivierung und Regulierung von Genen, unmittelbar durch Umwelteinflüsse auf. So kann es beispielsweise sein, dass Erbmateriale in der Ablese „Übersprungen“ wird, ohne das Erbmateriale an sich zu ändern. Beispielsweise gibt es Studien eines Forscherteams in Zürich (vgl. Schipper 2016), bei dem männliche Mäuse gestresst und sofort nach der Paarung vom Weibchen getrennt wurden, sodass der Mäusenachwuchs keinen sozialen Kontakt mit den „Väter“-Mäusen hat. Der Nachwuchs zeigte hirnrorganische und epigenetische Veränderungen, bei denen der soziale Einfluss nahezu ausgeschlossen werden kann (da kein Kontakt zu den Vätern

mäusen bestand). Diese „Epimutation“ überträgt sich unter Umständen auch auf die übernächste Generation.

Vererbung von Traumata?

Es kann somit bei Geburt epigenetische Prädispositionen geben, also Veranlagungen für etwas besonders empfänglich zu sein, die aus im Körper verankerten Lernprozessen früherer Generationen stammen. Allerdings ist noch viel im Unklaren, insbesondere welche Ergebnisse aus dem Tierlabor auf den Menschen übertragbar sind. Ungeklärt ist auch, ob diese Einflüsse gravierender sind als die Einflüsse, die das junge Kind in seinem Leben erlebt.

Und selbst wenn Prädispositionen (z. B. Stressempfindlichkeit) für Traumamanifestationen vererbbar sind, ist die tatsächliche Manifestation eines Traumas ein komplexes Zusammenspiel mehrerer Faktoren, das ebenso die Umwelt umfasst. Insbesondere für die Ausbildung eines Entwicklungstraumas braucht es eine überdauernd schlechte Entwicklungsumgebung, sodass der Anteil des Umwelteinflusses und des Lernanteils höher anzusetzen ist als bei einem Schocktrauma.

Bereits pränatal wirken Umwelteinflüsse auf das ungeborene Kind, beispielsweise Bewegung, sozialer Kontakt (Geräusche) und Ernährung (Alkoholkonsum während der Schwangerschaft). Auch spielt das psychosoziale Erbe, bzw. die psychosoziale Umwelt, in die das Kind hineingeboren wird, eine Rolle. Hierbei geht es um Themen des finanziellen und sozialen Kapitals, wenn z. B. die Ernährung nicht kindgerecht gestaltet werden kann, weil die Mittel fehlen und die Eltern selbst hungern. Es geht auch um das Sprachvermögen und soziale Umgangsformen. Wird ein Kind beispielsweise in eine Umwelt hineingeboren, in der das Schlagen der Mitmenschen zur Konfliktlösung selbstverständlich ist, wird es sich funktionale Muster aneignen, in dieser Umwelt sein Überleben zu sichern. Zum Beispiel wird es, indem es als selbstverständlich hinnimmt, von Erwachsenen geschlagen zu werden, ein destruktives Selbstbild entwickeln („Ich bin schuld“), um das Geschlagenwerden zu rechtfertigen, und andere Kinder schlagen. Die psychologischen Muster in Form von destruktiven Selbstbildern oder auch Rechtfertigungen von Aggression als Bestandteil der Kultur und der persönlichen Identität kann auch von Erwachsenen vorgelebt sein, wenn z. B. ein Elternteil das aggressive Verhalten eines anderen rechtfertigt. Kinder können dieses übernehmen, denn sie lernen im Sozialen vor allem durch Beobachten und Nachahmen.

Bedeutung für Pflegeeltern, Adoptivfamilien und Erziehungsstellen

Für die neue Umwelt – mit Ihnen als Pflegeeltern, Adoptivfamilien oder Erziehungsstelle – der aufgenommenen Kinder bedeutet es zweierlei: Erstens, Sie werden die Frage nicht abschließend klären können, ob die mit einer Traumatisierung einhergehenden Auffälligkeiten geerbt sind. Es gibt Auffälligkeiten, die sich recht gut auf das Vorbildlernen bedeutender Erwachsener (z. B. Herkunftseltern), Freunde oder anderer bedeutender Figu-

1 Bundesministerium für Bildung und Forschung 2016

ren (z.B. auch Comicfiguren) zurückführen lassen. Spätestens aber, wenn Sie bei epigenetischen Erklärungsansätzen versuchen eine veränderte Methylgruppe auf der DNA Ihres Pflegekindes auszumachen, dürften Sie an Ihren technischen und finanziellen Möglichkeiten scheitern. Das ist bewusst ironisch ausgedrückt und soll nicht im Geringsten die Bedeutung der Epigenetik schmälern, aber es hilft den ambitionierten Ersatzeltern im pädagogischen Alltag wenig.

Gleichzeitig eröffnen die Erkenntnisse aber eine weitere, zweite Perspektive: Wir sind keine Opfer unserer Gene. Die Epigenetik verdeutlicht, dass Veränderungen auf der Genebene durch Erfahrungen möglich sind. Machen wir uns nichts vor, langandauernde besonders schlimme Erfahrungen haben einen unmittelbaren und gravierenden Einfluss als ebenso langandauernde besonders gute Erfahrungen. Im Umkehrschluss bedeutet das, dass die Kinder über sehr lange Zeit kontinuierlich erleben müssen, dass ihre neue Umwelt ihnen Sicherheit und Orientierung gibt, die es zuvor in der (vererbten) Umwelt oder der Umwelt der Vorfahren (epigenetische Vererbung) nicht gab. Dies stellt besondere Anforderungen an Pflege- und Adoptiveltern sowie Erziehungsstellen.

Besondere Anforderungen

Im Gegensatz zu professionalisierten Erziehungsstellen sind sich Pflege- und Adoptivfamilien häufig nicht bewusst, dass sie sich in einem (zugegeben äußerst spannenden) sozialpädagogischen Arbeitsfeld bewegen. Sie stehen vor ähnlichen Aufgaben und Herausforderungen wie spezialisierte Fachkräfte wie Erzieher*innen, Sozialarbeiter*innen und Sozialpädagog*innen. Dies trifft umso mehr zu, wenn das aufgenommene Kind entwicklungs-traumatisiert ist. Die Wahrscheinlichkeit dafür ist recht hoch. Das Spektrum der sozialpädagogischen Aufgaben ist umfassend:

Erstens, entwicklungs-traumatisierte Kinder brauchen in besonderem Maße Sicherheit und Orientierung. Dies fängt mit wiederholenden, d.h. vorhersehbaren Tagesstrukturen an, geht über tägliche Rituale, etwa beim Zubettgehen, und führt bis zu besonderen pädagogischen Maßnahmen für die jeweiligen Besonderheiten des Kindes.

Zweitens, entwicklungs-traumatisierte Kinder brauchen Umwelten und daher auch Pflegeeltern, die ihnen ermöglichen, Entwicklungsdefizite aufzuholen, ihre Persönlichkeit zu stabilisieren und zu entwickeln, ihre destruktiven Verhaltensweisen umzulernen, Selbststeuerung zu erlernen und ihre altersgemäßen Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Zum pädagogischen Alltag mit entwicklungs-traumatisierten Kindern gehört dann ein fachlich organisierter pädagogischer Prozess, der entsprechend komplex ist.

Die beiden Aspekte verdeutlichen die Wichtigkeit von kompetenten Ersatzeltern für entwicklungs-traumatisierte Kinder und sie machen gleichzeitig deutlich, wie hilfreich und notwendig eine geeignete Unterstützung und Entlastung sein kann.

Unterstützung und Entlastung von Pflegeeltern

Einschätzung des zu vermittelnden Kindes

Nimmt man die Erkenntnisse der Epigenetik ernst, kommt der Einschätzung und Analyse des Herkunftsumfeldes, des Familiensystems und der bisherigen Lernerfahrungen des zu vermittelnden Kindes eine hohe Bedeutung zu. Sie könnten die möglichen Entwicklungspfade des Kindes mitbestimmen, sodass auch die Herausforderungen für die bevorstehende Ersatzfamilie abgeschätzt werden kann. Außerdem können die Unterstützungsleistungen für die Pflegeeltern auf die Bedarfe ausgerichtet werden. Frühzeitiges Handeln hilft schwerwiegende Probleme zu vermeiden. Insofern empfehlen wir interessierten Pflege- und Adoptiveltern sowie Erziehungsstellen, bereits bei Vermittlungsgesprächen mit dem Jugendamt externe Fachkräfte, z. B. von Freien Trägern wie uns, hinzuzuziehen.

Gute Ausbildung

Bereits vor Beginn der Aufnahme des Kindes bieten sich Ausbildungen an, die auf den pädagogischen Alltag mit dem (ggf. entwicklungs-traumatisierten) Kind vorbereiten. Diese Ausbildung geht über die übliche Pflegeeltern-Ausbildung hinaus und umfasst beispielsweise die Grenzsetzung oder Umsetzung von pädagogischen Methoden bei entwicklungs-traumatisierten Kindern.

Professionelle Begleitung

Unmittelbar nach Aufnahme des Kindes in die eigene Familie verläuft der Alltag anfangs recht ruhig. Dies ändert sich meist mit der Zeit und stellt die familiäre Umwelt vor besondere Anforderungen (Neumann und Neumann 2022). Eine fachliche Begleitung unterstützt unter Einbezug der Ersatzeltern und des Kindes maßgeblich in den oben genannten sozialpädagogischen Aufgaben und schafft Lösungen, z. B. in Form von pädagogischen Methoden. Im Idealfall schafft sie so den Übergang in einen abgesicherten, fachlich-pädagogischen Prozess, der den Ersatzeltern Sicherheit und Orientierung gibt, z. B. über die Arbeit mit Entwicklungszielen.

Eine fachliche Begleitung bzw. Beratung kann über das Jugendamt beantragt werden. In Krisensituationen bieten sich besondere Supervisionssitzungen oder auch individuell angepasste Konzepte an.

Zusammenfassung

Trauma ist das Ergebnis eines Lernprozesses. So lässt sich die Frage des Themenheftes eindeutig zweideutig und mit einem verschmitzten Grinsen beantworten. Denn: Auch der Manifestation eines Traumas über die Veränderung auf der Ebene der Aktivierung und Regulation von Genen geht ein Lernprozess auf neuronaler und psychischer Ebene voraus. So kann selbst die epigenetische Veränderung als ein abgeschlossener Lernprozess betrachtet werden. Im Grundsatz verdeutlicht uns die Epigenetik, dass (Um)Lernen auf allen Ebenen jederzeit und tiefgreifend möglich ist.

Diese „Wechselwirkung“ von Umwelt und Genen ist bedeutend, wenn man die Entwicklung von Kindern über die Lebensspanne in neuen Umwelten betrachtet – so wie es bei Pflege- oder Adoptivfamilien bzw. Erziehungsstellen der Fall ist. Doch ob vererbt oder gelernt, die Konsequenz bleibt die Gleiche: Es geht um die sozialpädagogische Arbeit im Hier und Jetzt, ggf. unterstützt durch therapeutische Maßnahmen.

Literaturverzeichnis

- Bundesministerium für Bildung und Forschung (Hg.) (2016): Epigenetik: Essgewohnheiten schlagen sich im Erbgut nieder. Online verfügbar unter <https://www.gesundheitsforschung-bmbf.de/de/epigenetik-essgewohnheiten-schlagen-sich-im-erbgut-nieder-3319.php>, zuletzt geprüft am 07.12.2022.
- Neumann, Paul; Neumann, Steffen (2022): Entwicklungstraumatisierte Kinder zeigen sich in Phasen. Hg. v. Moses Online. Online verfügbar unter <https://www.moses-online.de/fachartikel-entwicklungstraumatisierte-kinder-zeigen-sich-phasen-paul-neumann>, zuletzt geprüft am 07.12.2022.
- Schipper, Ori (2016): Streit um die neue Erbllichkeit. Hg. v. Schweizer Nationalfonds. Online verfügbar unter <https://www.snf.ch/de/0Ims2xIzRpFNijIA/news/news-161207-horizonte-streit-um-die-neue-erbllichkeit>, zuletzt geprüft am 07.12.2022.



Dr. Paul Neumann ist Projektleiter des PEK – „Qualifizierte Pflegschaft für entwicklungstraumatisierte Kinder“. Entwicklungstraumatisierte Kinder sind besonders gefährdet, ungeeignete und erfolglose Hilfen zu erleben. Mit unseren Leistungen als Angebot an Jugendämter, freie Träger und Pflegeeltern zur Auswahl, Ausbildung, Begleitung und Supervision für interessierte oder aktive Pflegeeltern möchten wir unserer Überzeugung folgend einen Beitrag zur bestmöglichen Entwicklung entwicklungstraumatisierter Kinder in stabilen und sozialpädagogisch befähigten Pflegefamilien leisten.



Steffen Neumann ist Gründer und Geschäftsführer des Instituts für wirkungsvolle Sozialarbeit (iWS e.V.). Das Institut für wirkungsvolle Sozialarbeit beschäftigt sich seit mehr als 20 Jahren mit der Leistungsfähigkeit des Systems der Hilfen zur Erziehung und dessen stetiger Weiterentwicklung. Seit 2012 werden drei stationäre Unterbringungen für entwicklungstraumatisierte Kinder geleitet.

Interessenten an unserer Ausbildung finden hier weitere Informationen:
www.iws-pflegeeltern.de/leistungen/ausbildung/
 Informationen zu fachlicher Begleitung und Beratung finden Sie bei uns auf:
www.iws-pflegeeltern.de/leistungen/begleitung-und-beratung/.