

Inklusion

Frühkindliche Traumata und Beruf



Einleitung

- Frühkindliches Trauma
 - Ursachen und Wirkung
- Akuter und chronischer Stress
- Belastungen anhand von Beispielen
- Lösungsansätze

Traumaformel

- **Objektiv** feststellbares, belastendes Ereignis, außerhalb der normalen menschlichen Erfahrungsnorm
- **Subjektives** Erleben von Hilflosigkeit, Ohnmacht, intensiver Furcht und Entsetzen

= Psychische Traumatisierung

akute Belastungsreaktion - posttraumatische Belastungsstörung - Anpassungsstörungen

- **akute Belastungsreaktion:** normale Reaktion auf ein traumatisches Ereignis (Häufigkeit: ca. 50% der Bevölkerung; Dauer: sofort bis wenige Wochen)
- **posttraumatische Belastungsstörung:** darüber hinaus anhaltende Symptomatik mit schlechterer Prognose zur Spontanheilung (ohne Behandlung chronifizierend über Jahre; Prävalenz 2,3% der deutschen Bevölkerung)
- **Anpassungsstörung:** Psychische Belastungsreaktionen nach Stressoren, die nicht die Kriterien einer außergewöhnlichen oder katastrophalen Belastung erfüllen

traumatische Erfahrungen in der Kindheit

- **physische Misshandlung** (*child abuse*)
 - häufige, nachhaltige und schwere körperliche Bestrafung mit dem Risiko dauerhafter physischer Verletzungen
 - Gewalt an einem Elternteil, an Geschwistern oder am Haustier
- **Emotionale Misshandlung** (*emotional abuse*)
 - destruktives Kritisieren des Kindes, Drohen, stundenlanges Einsperren in einen dunklen Raum, Verächtlich machen und Demütigen, z.B. Hinknien lassen vor die Eltern oder Aufessenlassen des Erbrochenen
 - Betreuung durch Bezugsperson mit eigener Traumafolgestörung (wenn häufig Übererregung oder Dissoziation auftreten)
- **Vernachlässigung** (*neglect*)
 - schwer, dauerhaft, z.B. grundlegender körperlicher und seelischer Bedürfnisse des Kindes nach Schutz, Nahrung, Sauberkeit, bedarfsgerechter alltägl. und medizin. Versorgung und **affektiver Kommunikation**
- **sexueller Missbrauch** (*sexuel abuse*)
 - z.B. Inzest, Anleitung zur Prostitution, Herstellung pornografischer Filme

Häufigkeit von Misshandlungen in der Kindheit

- hohe Dunkelziffer
- USA 1% - 14%
- BRD 5% - 15% aller Kinder unter 15 Jahren (bei Zugrundelegung eines weiten Misshandlungsbegriffs)
- nach Wetzels (1997) werden ca. 10% aller Kinder körperlich erheblich gezüchtigt oder misshandelt, sexuell ca. 5%.

Kindesmisshandlung – Häufung von körperlichen oder seelischen Problemen im Erwachsenenalter?

- Neigung zu desorganisiertem (D) Bindungsmuster bzw. zu einer Mischung von Vermeidung und Ambivalenz (A/C)
 - geringste Anpassungsfähigkeit
 - Ausdruck traumatisierender und/oder hochgradig inkonsistenter Bindungserfahrungen.
 - Normpopulation: ca. 15% desorganisiert gebunden; Misshandelte: 82% oder mehr; Multi-Problemfamilien: 28%, depressive Mütter: 40 – 60%
- Zusammenhang zwischen unsicherer Bindung und gravierenden Symptomen
 - nur bei Hochrisikogruppen, nicht bei Niedrigrisikogruppen oder Normalbevölkerung
 - Beeinträchtigungen besonders in Sozialverhalten und Impulskontrolle
 - 71% aller von Lehrern als besonders aggressiv / feindselig eingeschätzten Kinder stammten aus der D-Gruppe
 - 2 – 4-fach erhöhtes Risiko für misshandelte Kinder, selbst (gewalt)delinquente Erwachsene zu werden im Vergleich zu nicht-gewalttätig Erzogenen.

Kindesmisshandlung – Ausmaß von körperlichen oder seelischen Problemen im Erwachsenenalter?

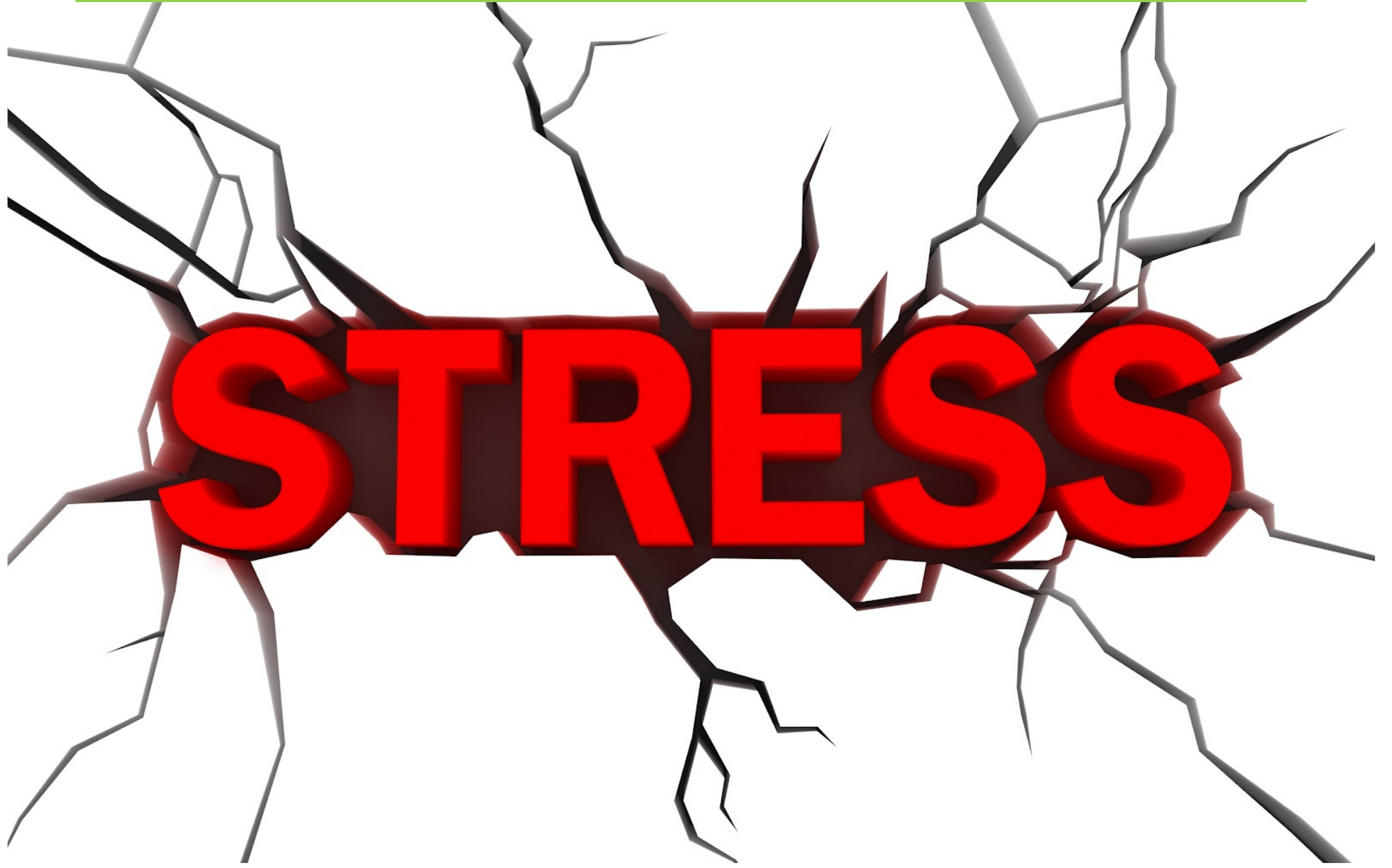
- **Ausmaß der Beeinträchtigungen**
 - aggressiver oder passiver als Normale
 - in Gleichaltrigenbeziehungen stark eingeschränkt
 - erhebliche Defizite in praktisch allen Entwicklungsbereichen
- **hängt ab von**
 - Alter des Kindes
 - seiner Interpretation der Ereignisse
 - An- und Abwesenheit schützende Erfahrungen
 - Art, Dauer und Schwere der Misshandlungen
- **Faustregel:**
 - Auswirkungen: um so gravierender, je früher Misshandlungen anfangen, je schwerer sie sind und je länger sie anhalten

Vernachlässigung

- die wohl häufigste Form der Kindesmisshandlung
- in der Öffentlichkeit am wenigsten wahrgenommen
- die meisten negativen und die wenigsten positiven Affekte in der sozialen Interaktion
- geringste Impulskontrolle
- niedrigste IQ-Werte
- emotionale, physische und Vernachlässigung bei der Überwachung weisen erhöhte Raten von Persönlichkeitsstörungen verschiedener Art auf (z.B. Grundbedürfnisse von Kleinkindern missachten → Todesangst auslösen)

Vernachlässigung und Misshandlung

- Langzeitfolgen* (für das Erwachsenenalter) erheblich
 - erhöhte Rate verschiedener Formen späterer PS (PS=Persönlichkeitsstörungen)
 - Borderline-PS
 - Posttraumatische Belastungsstörungen
 - Ausraster am Arbeitsplatz (gestörte Impulskontrolle)
 - Drogenmissbrauch
 - Alkoholismus
 - Suizidalität
 - Angst
 - Depression
 - Neigung zu somatoformen Schmerzstörungen
- *Vergleich mit Kontrollgruppen (familiäre Dysfunktionen ohne Misshandlungen)



STRESS

Traumatischer Stress

- **Zu viel Symptomatik = Übererregung**
- *zu hoher Stresslevel > eher Jungen*
- Hyperaktivität, Flashbacks, Ängste, Panik, Alkohol, Drogen, Ärgerausbrüche

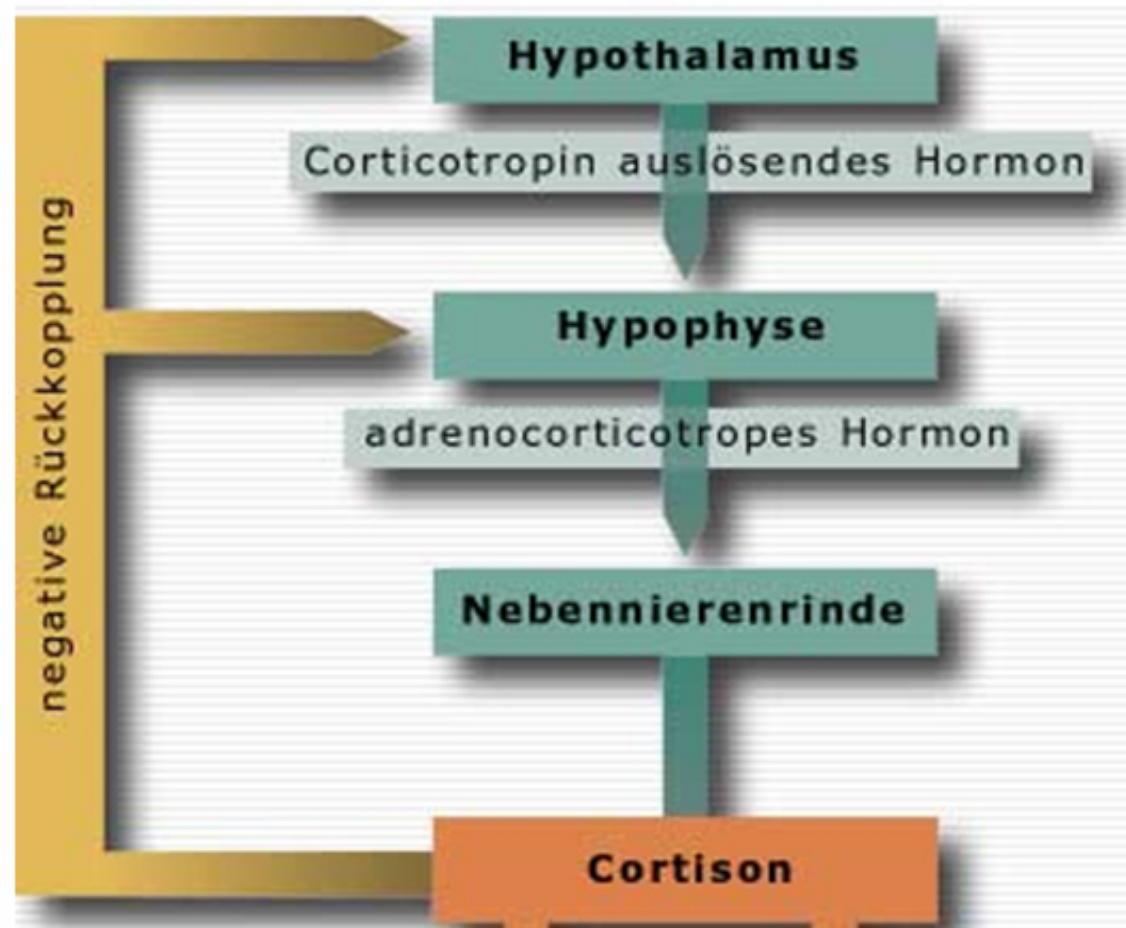
- **> Zu wenig Symptomatik = Untererregung**
- *zu niedriger Stresslevel > eher Mädchen*
- Vermeidung, Depression, sozialer Rückzug, Essstörung

Grundlagen von Stress, Stressanfälligkeit und Stressresistenz

- Stressanfälligkeit
- Stressresilienz z. B.-widerstandsfähigkeit
- lebensnotwendige akute und gesundheitsgefährdende chronische Stressreaktion
 - neuroendokrine und immunologische Unterschiede



Negativrückkopplung von Cortisol



Akute und chronische Wirkung des Stresshormones **Cortisol**

- Cortisol im
 - Plasma nach 15 min, $\frac{1}{2}$ -Wertszeit von Plasma-Cortisol - 90 min
 - Speichel nach 35 min
- akute Stressor-Exposition
 - Stärkung des Immunsystems
 - Verringertes Risiko für Hautkrebs (nach UV-B-Exposition)
 - gesteigerte Immunreaktion nach Gripeschutzimpfung
 - begünstigt Wundheilung
- chronische (psychosoziale) Stressreaktion
 - Stresssysteme oft alleine durch die **Macht der Gedanken** dauerhaft aktiviert
 - Schwächung des Immunsystems
 - Strukturelle und funktionelle neurobiologische Auswirkungen

Die chronische Stressreaktion

extrem starke und langanhaltende Aktivierung der HPA-Achse

- Rezeptoren – und Synapsenbildung sowie Nervenwachstum werden blockiert → negative Rückkopplung wird geschwächt → Stressantwort ist dauerhaft erhöht und verlängert
- Überbeanspruchung und Erschöpfung der Nebeniere, z.B. nach / bei
 - erlittenem Kindesmissbrauch,-misshandlung und-vernachlässigung
 - Angehörigen von tumorerkrankten Kindern
 - Patienten mit posttraumatischen Belastungsstörungen
 - extrem hohe Arbeitsbelastung

Die chronische Stressreaktion

extrem starke und langanhaltende Aktivierung der HPA-Achse

- Führt zu unangemessen niedrigem Cortisol-Spiegel und damit zu:
 - einem entzündungsfördernden Milieu + begünstigt Entwicklung von
 - chronisch entzündlichen Darmerkrankungen,
 - Arthritis
 - affektiven Erkrankungen (Angsterkrankung, Depression)

• Pause



Beispiele für psychisch schwer belastende Situationen im Berufsleben

- Polizisten nach Waffenanwendung zur Geiselnbefreiung
- Lokomotivführer nach einem Suizid auf den Bahngleisen
- Attacken von Pflegebedürftigen gegen Pflegepersonal
- Bankangestellte bei Banküberfall
- Rettungssanitäter und Feuerwehr bei Rettungseinsätzen mit Personenschäden
- verbale und körperliche Angriffe durch Kunden auf Mitarbeiter von Ämtern
- Soldaten in Kampfeinsätzen

Schutzfaktoren

- **bei einigen Misshandelten (und akut traumatisierten Menschen) wird Resilienz beobachtet!**
 - im Erwachsenenalter trotz Misshandlung in der Kindheit erstaunlich wenig Beeinträchtigungen:
 - nach Zimrin (1986) 1/3 einigermaßen unbeschadet
 - Fonagy und Mitarbeiter (1997) schätzen 4% Resiliente
- **immer wieder ganz wichtig:**
 - mindestens eine dauerhafte und gute vertrauensvolle Beziehung zu einer Person (Pflegeeltern, Verwandte, Lehrer, Ausbilder usw.)

Resilienz (Widerstandsfähigkeit) und Vulnerabilität (Anfälligkeit)

- ob chronische Stressoren krank machen hängt ab von
 - jedem selbst (zum erheblichen Teil)
 - genetischer Disposition
 - sozialer Unterstützung
 - geringem Kontrollverlust
 - das Erfahren von Kontrollierbarkeit verringert die Anfälligkeit gegenüber nachfolgenden psychosozialen Stressoren
 - sportlicher Aktivität
 - Wirkungsstärke bei Depression ähnlich wie bei Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen
 - positiven früheren Lebenserfahrungen
 - gelassenem ruhigen Persönlichkeitstyp
 - positiver Einstellung

Risiken und Lösungsansätze am Beispiel vom Beschäftigten im Militärdienst

- PTBS von 2006 – 2009 versechsfacht
 - manifestiert sich erst in größerem zeitl. Abstand zum auslösenden Ereignis
- Einschätzung und Stärkung der Resilienz
 - Forschung zur Präzisierung einer im Einzelfall möglicherweise besonderen psychischen Gefährdung wird intensiviert.
 - Vorbereitung auf Einsätze einzeln und in Teams sowie spezielle Seminare zur Stärkung der eigenen Stressbewältigungskompetenz

Prävention psychischer Erkrankungen auf betrieblicher Ebene

- Betriebsarzt
 - Gespräche (Schweigepflicht!!!)
 - Verdeutlichung von beruflichen Risikofaktoren
 - z.B. Rehamassnahmen anregen
- Soziale Unterstützung (Kollegen, Vorgesetzte)
- Psychische Gefährdungsbeurteilung
 - Vorgesetzter und ggf. Betriebsarzt
- Inselmetapher
 - regelmäßige Arbeitszeiten
 - Schutz der arbeitsfreien Zeit

Berufswahl

- Alle Berufe sind möglich
- Bewusstsein für besondere Belastungen und daraus folgenden Risiken sollte den Ausbildern und Berufsschullehrern vermittelt werden
- Bei Bindungsstörungen werden vermutlich Berufe gewählt mit häufig wechselnden „Kunden“ (Krankenschwester/-pfleger, Gastronomie, Einzelhandel, Krankenhausärzte z.B. Chirurg) Montagetätigkeiten, Fernfahrer)
- bzw. hoher Arbeitsplatzfluktuation (Gastronomie, Schauspieler, Friseur) oder freiberufliche Tätigkeit, die keine dauerhafte Kundenbindung erfordert mit wenig Kundenkontakt.