



Martin  
Straube

# DAS TRAUMA



*„Sollten nicht endlich uns diese ältesten Schmerzen fruchtbarer werden?“ (Rilke Duineser Elegien)*

Diesen Torso einer Apollonstatue sah Rilke 1908 im Louvre in Paris. Ein kaputter Stein, wertlos, weil zerstört?

Wir sehen eine Idealgestalt eines männlichen Leibes, leicht gedreht und aufrecht. Ist es ein sehender oder ein hörender Apollon? Hörende beugen sich tendenziell vor, Sehende sind aufrechter, opponieren sich gegenüber dem, was sie anschauen. Ähnlich muss es Rilke erlebt haben, als er dazu schrieb:

Wir kannten nicht sein unerhörtes Haupt,  
darin die Augenäpfel reiften. Aber  
sein Torso glüht noch wie ein Kandelaber,  
in dem sein Schauen, nur zurückgeschraubt,

sich hält und glänzt. Sonst könnte nicht der Bug  
der Brust dich blenden, und im leisen Drehen  
der Lenden könnte nicht ein Lächeln gehen  
zu jener Mitte, die die Zeugung trug.

Sonst stünde dieser Stein entstellt und kurz  
unter der Schultern durchsichtigem Sturz  
und flimmerte nicht so wie Raubtierfelle;

und bräche nicht aus allen seinen Rändern  
aus wie ein Stern: denn da ist keine Stelle,  
die dich nicht sieht. Du musst dein Leben ändern.

Was Rilke macht, ist, dass er zwar den „entstellten Stein“ sieht, also das, was faktisch ist. Aber er ergänzt ihn, er stellt sich vor, wie er ganz wäre, er erlebt ihn als sehenden, dessen „Augenäpfel reiften“, er macht ihn in seiner inneren Vorstellung wieder ganz. Und dann erlebt er, wie es uns oft

geht, wenn wir intensiv, nicht fixierend, aber in der Betrachtung aufgehend es erfahren, dass der beobachtete Gegenstand sich bewegt, „flimmert“, der „Bug der Brust“ uns entgegenkommt, „aus allen seinen Rändern“ ausbricht. Als kommuniziere dieser Gott mit uns: „denn da ist keine Stelle, die dich nicht sieht“. Und dann unvermittelt: Du musst dein Leben ändern!“ Denn wer sich so von einem Gott angeblickt fühlt, der alles an und in mir sieht, dann können wir nicht bleiben, wie wir sind.

Dies kann nicht nur eine Anleitung zur Kunstbetrachtung sein, sondern überhaupt auch eine Anleitung, wie wir andere Menschen wahrnehmen:

1. Was ist?
2. Wie könnte es sein?
3. Welche Geste kommt mir entgegen?
4. Was verlangt es von mir?

Der grandiose Entwurf Steiners von den vier Wesensgliedern schimmert hier durch: Die physische Organisation, die Summe aller Kräfte, die im Menschen zur Stabilität führen, die wir beschreiben können im „was ist?“. Dann die Lebensorganisation, die Summe aller aufbauenden Kräfte, die immer die Integrität des Menschen wiederherstellt durch Regeneration, Wachstum und Gedeihen, die angesichts eines kranken Menschen oder wie hier angesichts eines kaputten Steines sich fragen kann, was fehlt, wie sähe es aus, wenn es ganz wäre? Das Dritte ist die Empfindungsorganisation, die das Seelische im Menschen möglich macht und mit dessen Hilfe wie den seelischen Ausdruck eines Gegenüber wahrnehmen können, die Summe aller abbauenden Kräfte im Menschen, die uns bewusstseinsbegabt und damit auch wahrnehmungsfähig machen, aber eben auch bewirken, dass wir reagieren können auf die Wahrnehmung: sie bewirken Dynamik. Zuletzt das menschliche Ich, das immer nach Identität strebt und nach Zielen und Idealen sucht, den Apell: „du musst dein Leben ändern!“ hören kann.

Stabilität, Integrität, Dynamik und Identität sind die vier Grundkräfte, die den Menschen konstituieren. Bei einem Trauma sind alle vier verletzt.

Ein Trauma ist ein gewaltiges Erlebnis, von dem wir uns nicht abgrenzen können und durch das unsere innere Stabilität zerbricht, das wir nicht in unsere Erfahrungen und unser Selbsterleben integrieren können, das uns entweder erstarren oder unkontrolliert agieren lässt und damit unsere gesamte Dynamik zerstört, also abbaut und unsere Identität raubt.

Ein Trauma ist daher ein Frontalangriff auf unsere gesamte Konstitution. Die Folgen sind fatal, da alle Glieder der menschlichen Natur betroffen sind und kein Aspekt unbeschadet bleibt, von dem ein Selbstheilungsprozess seinen Ausgang nehmen könnte.

### Die Stabilität

Die Kräfte der Stabilität sind auf allen Ebenen gebrochen: Leiblich verliert der Mensch seine Haltung, seine erworbenen Reaktionsmuster in der Seele, die ihm seine gewohnte Stabilität gewährten, sind verloren gegangen. Stattdessen zeigen sich andere Stabilitäten, die seinen unbewussten, archaischen Regionen entspringen und sich an die Stelle der gewohnten Muster setzen. Diese sind ihm fremd, sie integrieren sich nicht in seine Lebensgewohnheiten, sie sind sehr dynamisch und nicht mit seinem Selbstgefühl identisch. Alle Sicherheit ist dahin, die Orientierung ist verloren, keine Routine mehr möglich und der Blick erstarrt.

Auch die gewohnten und stabilen Reaktionen unseres Organismus stehen nicht mehr zur Verfügung und es kann zu vielen funktionellen Störungen kommen. Unser Seelenleben verfügt auch nicht mehr über die gewohnten und stabilen Reaktionsmuster. Was uns früher Freude bereitete, kann nun Angst auslösen. Andersherum können Eindrücke sich nun so stark in die Seele brennen, dass sie als Bilder nicht mehr schwinden wollen, also eine Stabilität erlangt haben, die unserem intentionalen Denken nicht zugänglich ist. Oft werden auch die geistig erworbenen ethischen Grundsätze plötzlich außer Kraft gesetzt und wir vollziehen Handlungen, die uns im Nachhinein leidtun. Alles ist durcheinander. Was uns seelisch am meisten zur Stabilität verhilft, sind unsere Erinnerungen, die Orientierung in Raum und Zeit. Das Erlebnis des Traumas ist aber auch deswegen für den betreffenden Menschen traumatisch, weil wir es weder verstehen, noch nachvollziehen können und es zu gewaltig ist, als dass wir es nicht in unseren Erfahrungshorizont einordnen können. Es erscheint nicht als ein sinnvolles Ganzes. Entsprechend sind unsere Erinnerungen daran fragmentiert und nicht einheitlich. Oft entzieht es sich unserer Erinnerung, da das Wiederauftreten der Erinnerung an das Trauma retraumatisierend wirkt und der Organismus sich davor schützt durch Vergessen.

### Die Integrität

Unsere Integrität ist verloren und wir vermögen nicht, sie wieder zu erlangen. Was unserem Leib täglich zu dieser Integrität verhilft, der Schlaf, ist gestört, die immer wieder aufgebaute Kraft schwindet, vegetative und regulatorische Instanzen unseres Körpers versagen, Kinder hören auf zu wachsen, nehmen an Gewicht ab, der Glanz der Augen, der Haare und der Haut schwindet, der Appetit ist verloren. Unser Immunsystem nimmt nachhaltigen Schaden. Oft können noch Jahre nach einem Trauma immunologische Erkrankungen auftreten, die wir mit dem Trauma in Verbindung bringen.

Ein Ergebnis einer gesunden Integrationskraft ist die Aufmerksamkeit. Im Gegensatz zur Konzentration, die sich punktuell auf eine Sache fixiert, ist die Aufmerksamkeit gespreitet, nimmt auch Nebensächlichkeiten wahr, kann fernabliegende oder zeitlich voneinander getrennte Ereignisse zu einem Erlebnis integrieren. Seelisch kommt es daher in der Regel zu einem Aufmerksamkeitsdefizit, zu Lernstörungen, und zu einem veränderten Zeitempfinden. Der innere Zusammenhang der Erlebnisse, der den Einzelheiten des Geschehens einen inneren Sinn gibt, ist erloschen, die Erinnerungen daher fraktioniert und zusammenhanglos. Die innere Ruhe stellt sich nicht ein, eine tiefe innere Unruhe bemächtigt sich des traumatisierten Menschen.

Ebenso verhält es sich geistig. Wir verstehen das Geschehene nicht, da wir es nicht zu einem einheitlichen Bild zusammenbekommen. Unser klassisches Grundgefühl, dass ich und die Welt irgendwie zusammenstimmen, ist geschwunden, denn der Traumatisierte hat Mühe das Geschehen mit sich irgendwie in Einklang zu bringen.

### Die Dynamik

Die Empfindungsorganisation ist für Dynamik, aber auch für Dramatik zuständig. Und alles, was jetzt passiert, ist dramatisch. Der ehemals typische Zusammenhang zwischen Wahrnehmung und Reaktion auf die Wahrnehmung ist erloschen. Wir erleben die Gefahr, aber bewegen uns nicht, sind erstarrt. Oder wir überreagieren und erreichen nie das gewünschte Ziel.

Wir bauen körperlich ab, es sind eine Vielzahl von Entzündungsparametern im Blut zu messen und von Hormonen, die den Abbau fördern. Fettreserven werden abgebaut, so dass die Blutfette ansteigen, die gespeicherte Stärke wird in der Leber abgebaut und der Blutzuckerspiegel steigt. Der

Blutdruck steigt oder fällt dramatisch ab, nie ist er im Gleichgewicht. Die Atmung stockt oder wir hyperventilieren. Nie ist sie ruhig und angemessen.

Seelisch ist alles auf Drama eingestellt oder alle Anteilnahme erlischt plötzlich. Wir sind überengagiert oder teilnahmslos, oft beides gleichzeitig und zusammenhanglos. Die Fülle und Intensität der Emotionen kann nicht mehr geordnet werden und sie kommen noch später ungerufen und plötzlich aus heiterem Himmel. Erlöschen der Dynamik und Hyperdynamik folgen keinem gewohnten Muster und wir verlieren unser gewohntes Seelenleben. Panik, Hysterie, Depression und Angst wechseln.

Auch geistig sind wir diesem Wechsel von Engagement und Gleichgültigkeit hilflos ausgeliefert, sodass ein konsequentes und sinnvolles Handeln kaum möglich ist.

Dazu reagieren wir abrupt und – von außen betrachtet – nicht immer nachvollziehbar. Wurde einem prinzipiell friedvollem Menschen beispielsweise in einer traumatischen Situation von einem Anderen in einem roten Pullover Gewalt angetan und er hat sich nicht gewehrt, hat seine Wut und Aggression durch die empfundene Lähmung nicht ausleben können („Traumaschema“), er erlebt aber tief und unbewusst, dass Wut und Ärger angemessen gewesen wären („Traumakompensatioisschema“), so kann es später dazu kommen, dass er auf völlig Unbeteiligte in einem roten Pullover mit Wut und Aggression reagiert, was zu seinem sonst friedfertigen Verhalten überhaupt nicht passt („Minimal kompensiertes Handlungsfeld“). Die seelische Regulation setzt aus.

### Die Identität

Mit einem traumatischen Erlebnis empfinden wir keine Identität, wie mit einer schönem Erlebnis. Unangenehme Erlebnisse sind solange nicht traumatisch, wie wir sie dennoch mit unserem Identitätsempfinden in Einklang bringen können. Je schwerer diese Übereinstimmung des Erlebten mit unseren Identitätserleben in Einklang zu bringen ist, desto mehr wird unser Identitätsgefühl ge- oder zerstört. Alles was wir waren und sind, wird fraglich, alles was wir gedacht und empfunden haben wird belanglos, fremd oder erscheint grotesk. Dieser Verlust der inneren Identität führt zur Selbstunsicherheit, dem Verlust der Selbstbestimmung, der inneren Freiheit und Sicherheit.

Dieses Ich des Menschen will sich zuhause fühlen. Äußerlich geht es nicht, wenn das Haus, die Familie, die gewohnten Strukturen zerstört sind, im Leib nicht, da hier alles in Aufruhr ist, in der Seele nicht, wo nichts wie gewohnt abläuft und im Geist ohnehin nicht. Wäre bei allem Schrecken die innere Identität nicht gefährdet, so wäre diese koordinierende Instanz der menschlichen Organisation in der Lage, überall wieder für Ruhe und Ordnung zu sorgen. Dies gelingt nun nicht.

### Was ist ein Trauma?

Nicht das Ereignis selber ist als Trauma zu definieren, sondern der Zusammenhang der Situation mit der Verfassung des Menschen, der das Trauma erleidet. Der 11. September 2001 war für viele Menschen traumatisch – in anderen Gegenden der Welt aber wurde gejubelt! Es kann ein falsches Wort im falschen Moment sein, eine Naturkatastrophe, ein Unfall, Gewalt, Krieg oder ein Verlust eines nahen Menschen oder eines Traumes. Es können einzelne große Ereignisse sein oder viele kleine. Manchmal ist es der berühmte kleine Tropfen, der das Fass zu überlaufen bringt oder das fortgesetzte Vermissten von Liebe, Zuwendung, Wertschätzung oder Beachtung. Es ist fast beliebig, wenn es auf eine Situation trifft, die über das Vermögen des Verstehens, des Verzeihens, der Nachvollziehbarkeit, der Erträglichkeit oder der Geduld geht.

Danach ist es wichtig, ob Ressourcen mobilisiert werden können, ob Hilfe da ist, irgendwo Normalität weiter gelebt werden kann.

Der weitere Verlauf kann sich sehr unterschiedlich gestalten. Manchen gelingt es, nach der Schockphase in eine innere Distanzierung zu kommen (Reaktionsphase), danach langsam sich vom traumatischen Geschehen zu lösen mit wiedererwachendem Interesse am Leben (Bearbeitungsphase) mit neuen Beziehungen, erneuertem Selbstwert und mit Gewinn an Lebenserfahrung (Neuorientierungsphase) die Wunden vernarben zu lassen, so dass wieder Belastbarkeit entsteht. Wer weder die Ressourcen hat (z.B. Kinder) und/oder die Hilfen nicht findet, die er bräuchte, bei dem kann sich ein posttraumatisches Belastungssyndrom (PTBS) entwickeln mit dem Verlust der Erinnerung an das ganze Ereignis oder von Teilen davon, erhöhter Sensitivität mit Ein- oder Durchschlafstörungen, Schreckhaftigkeit, Hypervigilanz, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsschwäche, Reizbarkeit und Wutausbrüchen. Häufig sind zudem sozialer Rückzug, ein Gefühl von Betäubtsein und emotionaler Stumpfheit, Gleichgültigkeit gegenüber anderen Menschen, sowie eine Beeinträchtigung der Stimmung.

So ein PTBS kann ein Leben zerstören mit schweren psychiatrischen Krankheitsbildern (Borderlinesyndrom), Drogenabhängigkeit, Suizidalität oder sozialer Auffälligkeit mit kriminellen Zügen.

Oft aber bleiben auch kompensierte Störungen über und die Symptome können positiv genutzt werden. Die erhöhte Sensitivität kann den einen zum Künstler, den anderen zu einem begabten Ausübenden eines sozialen Berufes. Rilke, der nach vielen großen und kleinen Traumata eine solche, oft skurrile Sensitivität hatte, litt zugleich unter den vielen Folgen. Lange überlegte er, ob er sich in Therapie begeben sollte, Kontakte selbst zu Sigmund Freud waren angebahnt. Zuletzt entschied er sich dagegen:

„... ich bin über die ernstesten Erwägungen zu dem Ergebnis gekommen, daß ich mir den Ausweg der Analyse nicht erlauben darf, es sei denn, daß ich wirklich entschlossen wäre, jenseits von ihr, ein neues (möglicherweise unproduktives) Leben zu beginnen. ... Nun muß ich mir aber zugeben, daß es mit solchen Plänen nie ganz ernst gewesen ist, daß ich mich vielmehr ... doch unendlich stark an das einmal Begonnene, an alles Glück und alles Elend, das es mit sich bringt, gebunden fühle ... so viel ... scheint mir sicher, daß, wenn man mir meine Teufel austriebe, auch meinen Engeln ein kleiner, ganz kleiner (sagen wir) Schrecken geschähe, - und – fühlen Sie – gerade darauf darf ich es auf keinen Preis ankommen lassen.“  
(1912)

Traumatherapie und Traumapädagogik dürfen daher nicht nur das aktuelle Leid dämpfen, mit Beruhigungsmitteln den Schmerz unterdrücken. Traumata können auch Chancen sein, wie Rilke sie begriff.

### Therapeutischer Umgang

Pädagogik ist immer eine Beziehungsarbeit zwischen Pädagogen und Schüler. Die moderne Psychologie kennt nur vier Arten der menschlichen Werkzeuge für eine Beziehung: Das Stützen, das Schützen, das Konfrontieren und das Fördern.

Unschwer ist zu erkennen, dass diese vier Methoden mit den vier Prinzipien der Stabilität, der Integrität, der Dynamik und der Identität zu tun haben.

Ist die Stabilität infrage gestellt, so müssen wir sie stützen.

Ist die Integrität reduziert, so müssen wir sie schützen.

Ist die Dynamik erloschen, so müssen wir konfrontieren, anregen, auffordern, damit Dynamik wieder entsteht.

Ist die Identität geschwächt, so müssen wir sie fördern.

Damit sind im Wesentlichen die Methoden benannt, mit der auch Traumapädagogik arbeitet.

Im Gesunden arbeiten diese vier „Wesensglieder“ gut zusammen, bei krankhaften Zuständen ist diese Zusammenarbeit gestört. Das trifft global auf den traumatisierten Menschen zu. Diese wieder zu einer geordneten Zusammenarbeit zu bewegen ist Ziel einer jeden Behandlung.

Das Urbeispiel ist die Kunst: Ein Bildhauer arbeitet mit einem Stein oder mit Ton und hat die Stabilität des Materials zu berücksichtigen, was er nur kann, da er seine eigenen stabilisierenden Kräfte nutzt, um die Stabilität des Materials zu erahnen. Er schafft eine Form, die in sich geschlossen ist, die, trotz aller Verzweigungen, dennoch eine in sich zusammengehörige Gestalt hat. Dazu engagiert er seine Integrationskraft, die er auf den Prozess anwendet. Die Form hat eine Geste, einen seelischen Ausdruck, drückt eine Emotion aus, ist als Geste bewegt oder drückt eine Bewegung aus. Das kann der Künstler dem Material nur eingeben mithilfe seiner Kraft der Dynamik, die in seinem Organismus wirkt. Der Künstler hat dabei seinen eigenen Stil, das Werk ist unverkennbar seines, es ist individuell gestaltet, er drückt sich darinnen aus, seine Identität ist damit verbunden. Hier werden alle Kräfte seines Organismus gleichzeitig auf ein Ziel gerichtet. Das schafft, dass sie bei ihm sich durch diese Tätigkeit stärken. Jedes künstlerische Tun ist in sich therapeutisch, bei einem traumatisierten Menschen noch mehr, als sonst.

Im pädagogischen Prozess mit traumatisierten Menschen reicht das nicht aus. Aber immer geht es darum, alle vier Prozesse wieder zu harmonisieren und sie in Kontakt zueinander zu bekommen.

Das erste, was bei traumatisierten Menschen nötig ist, ist Stabilität. Das zu bewirken gibt es eine Fülle an Möglichkeiten, nicht eine, die alle anderen überstrahlt. Je akuter das traumatische Ereignis noch ist, desto wichtiger wird der sichere Ort. Ein Ort, wo man hinkommen kann, wo man geschützt ist. Dazu kommt Kontinuität. Es sollten im Wesentlichen immer dieselben Menschen dort sein. Kontinuität ist auch eine Form der Stabilität. Der sichere Ort mit denselben Menschen, die im Wesentlichen immer dasselbe tun, wo nicht plötzliche Veränderungen unangekündigt die Kontinuität stören. Wichtig ist auch die kulturelle Kontinuität. Der sichere Ort, wenn er nicht als Gebäude irgendwo steht mit Wänden und Dach, so kann er ersatzweise auch imaginiert, also bildhaft vorgestellt werden, wozu es eine Fülle von Methoden gibt. Zum Stützen gehört auch, wahrgenommen zu werden, begrüßt zu werden, einbezogen zu werden in das Geschehen. Unterstützung bei Dingen, die Jemand noch nicht kann, ist eine stützende Geste, aufmunternde Bemerkungen und Blicke können ebenfalls stützen. Rechtzeitige und wiederholende Ankündigungen von Neuem geben Orientierung und Sicherheit. Verstehen, was passiert, mitgestalten können und lobende Anerkennung für das Geleistete geben dem Einzelnen das Erleben, dass er an dem sicheren Ort willkommen und beheimatet ist. Altersgemäße Ansprache, Eingehen auf individuelle Bedürfnisse ihn so willkommen heißen, wie er ist, unterstützen dieses Erlebnis. Mag die sonstige Umgebung noch so instabil sein – wenn nur irgendwo ein solch sicherer Ort, eine solche Beheimatung erfahren werden kann, sammelt der Prozess der Stabilität hier Kraft.

Eine gewisse Routine hat auch stützenden Charakter. Reine Routine aber ist aber auf Dauer ermüdend, wenn sie nicht Intentionwechsel enthält, die aber nicht als Überraschung kommen, sondern sich rhythmisch vollziehen. Rhythmen, rhythmische Übungen, Rhythmusspiele haben zwei Qualitäten: sie bieten die Sicherheit und Schutz (Rhythmen sind einprägend, man kann sich an sie halten), sie haben auch eine integrierende Kraft. Im rhythmischen Wechsel kann man auch gegensätzliches machen (Arbeit und Pause, wahrnehmen und tun, Gemeinschaftsaktion und Einzelaktivität). Was sich sonst widerspricht, wird, wenn es im Rhythmus wechselt, zu einem Ganzen. In der Waldorfpädagogik wird daher auf den rhythmischen Wechsel geachtet, dass in jeder Unterrichtseinheit der Kopf, das Herz und die Hand beansprucht wird: Es soll etwas verstanden werden, es soll das Gefühl ansprechen, z.B. durch Geschichten, Lieder, die das Thema ergänzen, Geschichten, die dazu passen und jeder soll etwas im Sinne des Inhaltes tun und arbeiten. So wird immer der ganze Mensch angesprochen. Rhythmen stärken die Lebenskräfte, können sie auch für eine Weile ersetzen. In seinem Rhythmus zu laufen bedeutet, dass man nicht so schnell erschöpft ist und weiter kommt. Rhythmen sind auch eine Grundlage der Adaptation. Denn Rhythmus ist nicht starrer Takt. Ein Beispiel ist ein Boxer, der nicht starr am Rande des Ringes steht, wartet, bis der Gegner nahe genug ist, um dann einmal zu boxen; er tänzelt in rhythmischen Schritten, kreisenden Handbewegungen um seinen Gegner herum, weil er aus dem Rhythmus heraus am schnellsten, kräftigsten und effektivsten reagieren kann. Nun ist das System rhythmischer Prozesse im Organismus nicht naturgegeben, sondern will durch vorgelebte und dann beanspruchte rhythmische Erfahrungen geübt und kultiviert werden. Gelingt dies, so sind auch die körperlichen Rhythmen, die letztlich Quelle unserer Gesundheit sind, stabil und belastbar. Rhythmen unterstützen den Prozess der Integrität. Damit haben sie den Charakter des Schutzes. Schützen tun wir auch, wenn wir Schwächere vor Stärkeren in Schutz nehmen, Bedürfnisse nach Hilfe wahrnehmen, sie vor Gefahren warnen. Alles, was liebevolle Geste ist, hat diesen schützenden Charakter.

Mit dem Konfrontieren ist es eine heikle Sache. Konfrontieren mit dem traumatischen Erlebnis ist gefährlich, da es zu Retraumatisierungen kommen kann. Konfrontieren muss man einen Menschen aber mit seinem Fehlverhalten. Damit sprechen wir die Kraft der Dynamik, Dramatik und der Destruktion, die Empfindungsorganisation an. Mehr aber nicht. Auch wenn wir dies tun, sollte neben der Konfrontation immer auch die Geste stehen: Dein Verhalten ist nicht akzeptabel, aber Du bist trotzdem wichtig, gut und wertvoll.

Das Ich sprechen wir an durch Fördern und Fordern. Dieses Ich des Menschen ist sein Allerheiligstes, das wir nie ganz sehen und erkennen können, auch nach 50 Jahren Ehe kann uns der Andere immer noch überraschen. Wenn wir ein festes Bild vom Anderen haben, ist unser Interesse an ihm erloschen. Nur das brennende Interesse am Anderen ist die Methode, mit dessen Hilfe der Andere sich traut, sich zu zeigen und damit, sich zu entwickeln. Bei diesem Ich schauen wir weniger auf das, was er bisher geworden ist, sondern mehr auf das, was er einmal sein kann. Bei traumatisierten Menschen ist dieses Ich so erschrocken, dass es oft aufgehört hat, sich zu entwickeln. Einzelne Regionen unserer Seele gefrieren in dem Zustand ein, in dem die Entwicklung zum Zeitpunkt des Traumas war. Diese Entwicklung müssen wir anregen, indem wir sie fördern und fördern tun wir sie durch unseren Glauben daran, dass der Andere eine großartige Persönlichkeit ist, auch wenn er davon im Moment wenig zeigt. Aber es kann sich nur zeigen, wenn es der betreffende Mensch spürt, dass es erwünscht ist, dass es sich zeigt. Wir können es auch fordern, indem wir ständig leistbare Herausforderungen stellen, die dem Kind mehr abverlangen, als er bislang konnte, ohne ihn zu überfordern. Wertschätzung ist dabei ein wichtiges Element. Dem liegt zugrunde, dass wir alles, worüber wir uns beim Anderen ärgern könnten, also sein Fehlverhalten, seine Probleme sehen



lernen, als Ausdruck einer Begabung. Ein überempfindliches Kind ist nur überempfindlich, weil es empfindsam ist und Empfindsamkeit ist eine Fähigkeit. Aggression ist die Problemseite eines starken Willen und eines starken Selbstwertgefühles – und das sind wichtige Eigenschaften! Fordern und Fördern sind die Grundlagen dafür, dass sich diese Persönlichkeit so entwickeln kann, dass sie mit ausreichender Selbstsicherheit irgendwann auch sich mit dem Trauma konfrontieren kann, um es zu verarbeiten.