



Herzlich Willkommen

„Alles Trauma – oder was?“

**Kritik der
Psychotraumatologie**

Kongress: Perspektiven der Selbsthilfe
Wildwasser Frauenselbsthilfe und Beratung

Berlin, 02. – 04. 11. 2012

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de



Vorstellung persönlich

Thomas Schlingmann,

- seit Kindheit mit dem Thema sexualisierte Gewalt konfrontiert
- seit Anfang 90er mit der Frage der Bearbeitung beschäftigt
- 1995 Mitbegründer von Tauwetter, Start von Selbsthilfegruppen, Beratung, Fortbildungen, Fachvorträge, Publikationen
- Traumafachberater, Psychologe

Kernthese

Trauma und
Posttraumatische Belastungsstörung
können
die Komplexität sexualisierter Gewalt
und ihre Auswirkungen
nicht erfassen.

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Ablauf

Gründe für die Begrenztheit

- Historische Entwicklung und ökonomische Interessen (Teil 1)
- Keine in sich logische Traumatheorie sondern Sammelsurium von Bruchstücken / theoretischer Hintergrund der Bruchstücke greift bei Gewalt zu kurz (Teil 2)

Welche Alternativen gibt es? (Teil 3)

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de



Teil 1

Mythen und Legenden:

Wie ist die moderne Psychotraumatologie wirklich entstanden?

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

TAUWETTER
Anlaufstelle für Männer,
die als Junge sexuell mißbraucht wurden

Lifton & Shatan vs. Spitzer

Situation: Viele GIs, die sich nicht mehr
in Zivilleben integrieren ließen

Lifton & Shatan Militärpsychiater
(Korea, Vietnam) machen Vorschlag:

„Post-Vietnam-Syndrome“

Wichtigstes Symptom Schuldgefühle

Spitzer lehnt ab (zuviel Kosten für
Militär)

AG gebildet zur Materialsammlung

Neu: *„Post-Combat-Syndrome“*

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Committee on reactive Disorders

Einbeziehung anderer Forscher

Spitzer bildet „Komitee für reaktive
Störungen“ Vorsitz Spezialistin für
Brandkatastrophen

AG erweitert Symptomliste um
Brandkatastrophen, ändert Namen in
„*Catastrophic Stress Disorder*“

1980 neues diagnostisches Handbuch
„*Posttraumatic Stress Disorder*“ mit
Definition Trauma und Symptomliste

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

„Railwayspine“?

- Eisenbahnunglücke spielten zu Beginn der Industrialisierung große Rolle
- Versicherungsgesellschaften setzten Linie durch, nur körperliche Schäden entschädigen.
- Psychische Folgen gelten als Hysterie und Simulation
- In 1970er wegen besserer Sicherheit kein Thema mehr

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

„Survivors-Syndrome“?

Nur wenige zumeist Migrant_innen
arbeiteten mit KZ-Überlebenden.

Gutachterstreit: Deutsche Psychiater
Es gibt kurzfristige Belastung aber
keine langfristigen Schäden.

Niederland, US-Psychiater erstellt
Symptomliste für Survivors-
Syndrome

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Symptome übernommen?

1. „Schwere, oft ganz plötzlich einsetzende Erregungs- und Angstzustände, ...
2. Ein meist unartikulierte Gefühl des *„Anders-als-die-anderen-Seins“*, ...
3. Eine tiefe Überlebensschuld, die sich um die Frage zentriert: Warum habe ich das Unheil überlebt, während die anderen - die Eltern, Kinder, Geschwister, Freunde - daran zugrunde gingen?...

Vergewaltigung / Sexueller Missbrauch?

- Die historische Diskussion, Freuds Hysterie-theorie, ihr Widerruf oder auch Janets Dissoziationstheorie spielten keine Rolle.
- Die Symptomliste des „Rape-Survivor-Syndromes“ wurde geplündert.

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

PTSD

Trauma wurde mit der Diagnose
Posttraumatische Belastungsstörung
definiert.

Entscheidenden Einfluss hatte dabei
die Militärpsychiatrie.

Der Traumabegriff sollte alles
abdecken: Vom Erleiden eines
Fahrradunfalls über das Verüben von
Kriegsverbrechen, bis zum
Widerfahren sexualisierter Gewalt.

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de



Teil 2

Von jedem ein bißchen

Die moderne Psychotraumatologie

Traumadefinition

Problem:

- Normale Reaktion auf unnormale Situation?
- Unnormale Reaktion auf normale Situation?

Mehrheit: normale Reaktion

Militär: unnormale Reaktion

Lösung: Trauma ist lebensbedrohliche Situation, die Entsetzen auslöst

Und was ist mit denen, wo das später eintritt?

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Symptome

1. Wiedererleben
2. Vermeidungsverhalten
3. Übererregung

Symptome aus allen drei
Komplexen müssen vorliegen.

Anfangs unsortiert, inzwischen
aufgeräumt. Widersprüchliches ist
raus oder in Erläuterung
verschwunden.

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Die Theorie

- Widerspruch zwischen Hilflosigkeit und bisheriger Lebenserfahrung.
- Abspeicherung in Traumagedächtnis.
- Dort unzugänglich deswegen
- Reizgeneralisierung m. Wiedererleben
- Unangenehm \Rightarrow Vermeidungsverhalten
- Erschütterung des Weltbild und Reizgeneralisierung \Rightarrow Übererregung
- Neurochemie bewirkt, dass erhöhter Erregungslevel bleibt

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Stresstheorie

- Hin und her zwischen „Dran-denken“ und „Nicht-dran-denken“ ist normale Verarbeitung belastender Erlebnisse (Traumatheorie: überfallartiges Wiedererleben und Vermeiden von Triggern ist Teil der Störung)
- In Stresstheorie läuft auf Erlebnis automatische Reaktion. Es gibt keine bewussten Überlegungen, keine geplantes Handeln.

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Behaviorismus

- Furchtkonditionierung: Nach neutralem Reiz – Stromstösse. Nach einigen Malen Furcht schon bei neutralem Reiz.

Warum Vermeidung nach einmaligem Trauma?

- Fight-Flight-Freeze: In ausweglosen Situationen wird mit Erstarren reagiert.

Und was ist mit Unterwerfung bei Artgenossen?

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Kognitivismus: Netzwerke

- Neuronale Netzwerke
- Angstprogramme helfen gefährliche Situationen umgehen, beinhalten Auslöserreize und Reaktionen
- PTBS ist krankhaftes Angstprogramm, weil Auslöserreize generalisiert und mit zuviel Bedeutung versehen.
- Therapie: Desensibilisierung durch Flooding / Angstmanagement

Wenn ich Computer bin, wer schreibt eigentlich Software?

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de



Einleitung
Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de



Kognitivismus: 2 Gedächtnisse

Traumagedächtnis
implizit,
dem Bewusstsein
nicht zugänglich
fragmentiert

Alltagsgedächtnis
explizit
dem Bewusstsein
zugänglich
geordnet

- Aus dem Traumagedächtnis steigen durch Trigger ausgelöst Fragmente ins Bewusstsein auf.

Warum haben manche keine Amnesien, reagieren manche nicht auf Trigger?

Neurophysiologie

Datumsstempel & Belichtungsmesser:

Hippocampus versieht Erinnerungen mit Zeit und Ort.

Amygdala bewertet Wichtigkeit nach Stärke des Gefühls.

Bei schwachen und sehr starken Gefühlen ist Hippocampus kaum aktiv.

Trauma (mit starken Gefühlen) wird zeit- und raumlos gespeichert.

⇒ Zusammenhanglose Erinnerungen

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de



Voraussetzung oder Ursache?

- **Konditional:** Etwas ist Voraussetzung
Kausal: Etwas ist Ursache.
- Ich benutze das Gehirn zum Denken
statt das Gehirn ist Ursache meines
Denkens
- Meßbar sind Quantitäten nicht
Qualitäten.
- Zielsetzung: Operativ oder
medikamentös Gewaltfolgen
reduzieren statt Gewaltverhältnisse
ändern.

Gültigkeitsbereich des Traumamodells

- Keine Interaktionen
- Keine Gruppensituationen
- Keine längeren Situationen
- Keine staatliche oder gesellschaftliche Gewalt
- Keine indirekt Beteiligten (Waffenproduzenten)
- Nur singuläre Ereignisse ohne Menscheneinwirkung wie Unglücke

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Ausweitung durch Anbauten

1. Rauslösen der Situation aus jeweiligem Zusammenhang:
Schaffen einer fiktiven Kernsituation
 2. Entwicklung eines Modells, das Symptome erklären soll
 3. Hinzufügen von Besonderheiten, für Erklärung spezifischer Situation
- Kernsituation war nicht theoriegeleitet oder logisch hergeleitet.
- Spätere Anbauten ermöglichen keine Überprüfung der Kernsituation.

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Beispiel Wirksamkeit

EMDR – gesteuerte Augenbewegungen zum Abbau der Belastung

Ist eine der am besten erforschten
Methoden der Traumaaarbeit

Beste Wirksamkeit von allen
Methoden: 50%

Das ist Ratewahrscheinlichkeit und
andere helfen noch weniger!

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Häufigkeit PTBS

- PTBS nach Verkehrsunfällen: 15%
- PTBS nach schweren Organerkrankungen: 15%
- PTBS bei Kriegs“opfern“ (Soldaten oder Zivilbevölkerung?) 20%
- PTBS bei Opfern von Gewaltverbrechen: 25%
- PTBS bei Opfern von Vergewaltigung: 50%

Normale Reaktion auf abnormale Situation?

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

TAUWETTER
Anlaufstelle für Männer,
die als Junge sexuell mißbraucht wurden

Fazit

Herauslösen aus Kontext bedeutet:

- Kein Begriff von geschlechtlichen Machtverhältnissen, obwohl sehr unterschiedliche PTBS-Häufigkeiten
- Kein Begriff von anderen Machtverhältnisse, Klassenverhältnis, Rassismus
- Reduzierung auf reagierende Objekte

Welchen Sinn gibt das?

- Die Funktionalität liegt in der Individualisierung und Entpolitisierung von Gewaltverhältnissen.
- Eine solche Theorie kann keine Schritte auf eine Befreiung aus den Gewaltverhältnissen aufzeigen.
- So entstehen bestenfalls therapeutische Modelle, zur besseren Anpassung an bestehende Gewaltverhältnisse.

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de



Teil 3

**There must be some way
out of here**

**Anregungen
für Alternativen**

Der Ausgangspunkt

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

**There must be some
way out of here:
Alternativen**

- Ein scheinbar neutraler objektiver Drittstandpunkt beinhaltet Betroffene erneut zum Objekt zu machen. Er ist damit Parteinahme für die Täter.
- Wir brauchen Modelle, die von unserem Standpunkt ausgehen, parteilich sind.

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Die Begriffe

- Sexualisierte Gewalt ist eine Form von Gewalt, die das Ziel hat Menschen daran zu hindern, selber über sich zu bestimmen, über ihr Leben selber zu verfügen.
- Und das in einem Ausmaß, dass es existentiell ist.
- Darin trifft sie sich mit rassistischer Gewalt.
- Beide rühren an Kerne der bürgerlichen Selbstkonstruktion.

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann

mail@tauwetter.de

Bearbeitung

Ausgangslage:

- 1. Weltkrieg
- Tausendfache psychische Ausfälle unter wehrpflichtigen (!) Soldaten
- Folter mittels Elektroschocks, um sie wieder in die Schützengräben zurückzutreiben.

Bearbeitungsmethode:

- Bildung von Soldatenräten, Umsturz der Gewaltverhältnisse, Revolution

Einleitung

Teil 1

Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2

Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3

**There must be some
way out of here:
Alternativen**

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
**There must be some
way out of here:
Alternativen**

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

TAUWETTER
Anlaufstelle für Männer,
die als Junge sexuell mißbraucht wurden

Bewährte Bearbeitungsformen

*„Ich habe am 9.11.18 zahlreiche
Neurotiker rasch gesund werden sehen ...
Ich habe unter den übelsten Helden jener
Revolutionstage manchen Mann
wiedergefunden, der mir aus meinen
Neurotikerlazaretten in der Feigheit
seiner Seele nur allzu bekannt war und
ich habe einen der erfolgreichsten Ärzte
meiner Nervenlazarette nur mit Mühe vor
einem schlimmen Schicksal bewahren
können“*

(Gaupp, Neuropsychiater, 1940)

Einleitung

Teil 1
Mythen & Legenden:
Die Entstehung der
Psychotraumatologie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatologie

Teil 3
There must be some
way out of here:
Alternativen

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de

TAUWETTER
Anlaufstelle für Männer,
die als Junge sexuell mißbraucht wurden

Bewährte Bearbeitungsformen

„Auf meiner Abteilung trat ein refraktärer Zitterer, ..., als Soldatenrat in Funktion und war von Morgens bis Abends in gehobener Stimmung tätig für seine ‚Untergebenen‘, befreit von Unlustgefühlen und allen motorischen Reizerscheinungen, getragen von der Zweckhaftigkeit seines Daseins und seiner Tätigkeit. ... Die letzten Neurotiker verschwanden von der Straße aufgrund ihres Herrengefühls.“ (Nonne, Militärpsychiater, 1922)

Einleitung

Teil 1
Mythen &
Legenden: Die
Entstehung der
Psychotraumatolog
ie

Teil 2
Von jedem ein
bisschen:
Die moderne
Psychotraumatolog
ie

Teil 3
There must be
some way out of
here: Alternativen

**Danke
für die Aufmerksamkeit**

Thomas
Schlingmann
mail@tauwetter.de