

FLASCHENPOST



ELLAS*(9) KINDHEIT WAR FRÜH VORBEI. SCHENKEN SIE DEM TRAUMATISIERTEN MÄDCHEN EINE ZUKUNFT!

Eben noch tanzte Ella* übermütig mit ihrer besten Freundin durchs Restaurant. Im nächsten Moment wirkt die Neunjährige wie versteinert. Sie lässt sich auf die harten Fliesen fallen, hält ihre Hände schützend vors Gesicht. Der Geruch von Alkohol hat die schlimmen Szenen aufblitzen lassen. Wie Papa betrunken die Faust hebt und Mama schreit. Wie sie zu Boden stürzt. „Ella, Ella“, ruft ihre Freundin. Doch das Mädchen ist nicht ansprechbar. In diesem Moment ist sie wieder die hilflose Vierjährige, den inneren Bildern von damals ausgeliefert.

* Name zum Schutz des Kindes geändert.
Symbolfoto zum Schutz des betroffenen Kindes.

SPENDEN SIE JETZT FÜR ELLA!

Sie ist nur eines unserer Ankerland-Kinder, die nach schrecklichen Erlebnissen schwer traumatisiert sind. Wie alle unsere Patienten benötigt sie dringend Zeit, Raum und professionelle Hilfe, damit ihre Seelenwunden heilen können! Bitte helfen Sie uns mit Ihrer Spende, ihren Therapieplatz zu sichern.

SPENDENKONTO:

BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT AG

IBAN: DE44 2512 0510 0001 4917 00 · BIC: BFSWDE33HAN

COMMERZBANK AG

IBAN: DE33 2008 0000 0959 6999 00 · BIC: DRESDEFF200

IN DIESER AUSGABE:

TRAUMATISIERTE KINDER PSYCHISCH KRANKER ELTERN:
„DIE SEELISCHE WUNDE KANN IMMER WIEDER AUFREISSEN.“

**PITT-KID: ERFOLGREICHE BEHANDLUNG VON
TRAUMATISIERTEN KINDERN:**
„WIR MACHEN DIE KINDER ZU EXPERTEN IHRES ERLEBENS.“

ANKERLAND



Hilfe für
traumatisierte Kinder



Liebe Leserinnen und Leser,

die Zahl der Kindeswohlgefährdungen ist auf dem Höchststand seit Einführung der Statistik. Umso mehr Bedeutung gewinnt unsere Arbeit bei Ankerland. Denn in unserem Trauma-Therapiezentrum finden Kinder, die unglaublich schwere Schicksale erfahren mussten, seit 2016 einen sicheren Hafen.

Unsere Therapeutinnen gaben Redakteurin Saskia Balke einen Einblick in ihre tägliche Arbeit mit unseren Schützlingen. Außerdem stellen wir in der aktuellen Flaschenpost unser innovatives Traumatherapiekonzept PITT-KID vor, dessen Erfolge nun auch von der Universität Münster in einer empirischen Studie erforscht werden. Darüber freuen wir uns sehr, denn wenn unsere Arbeit in der Wissenschaft weitere Beachtung erfährt, steigen unsere Chancen, in Zukunft auch bundesweit vertreten zu sein. Bis es soweit ist, geben wir in unserer Ankerland-Villa Hamburger Kindern eine Chance, sich von ihren seelischen Verletzungen zu erholen, sich sicher zu fühlen und zuversichtlich in ihr eigenes Leben aufzubrechen.

Vielen Dank, dass Sie diesen Kindern ein neues Leben nach dem Trauma ermöglichen!

Herzliche Grüße,
Ihr Andreas Krüger



Traumatisierte Kinder psychisch kranker Eltern:

„Die seelische Wunde kann immer wieder aufreißen.“



Wenn Ellas Vater wieder einmal ausrastete und die Mutter schlug, versteckte sich Ella völlig verängstigt in einer Nische im Flur. Ihre Mutter hingegen flüchtete sich in den nächsten Rausch aus Tabletten. Die Gewalterfahrungen und die Suchterkrankung ihrer engsten Bezugsperson prägten Ellas junges Leben, bis sie im Alter von sieben Jahren vom Jugendamt aus ihrer Familie genommen wurde, um sie vor weiteren Traumatisierungen zu bewahren.

In Deutschland leben Expertenschätzungen zufolge 4,75 Millionen Kinder und Jugendliche mit mindestens einem psychisch erkrankten Elternteil zusammen. Ihr Zuhause haben viele von ihnen nie als Ort der Zuflucht erlebt. Sicherheit erfahren sie erst z. B. in Pflegefamilien und im Trauma-Therapiezentrum von Ankerland. Hier teilen viele der kleinen Patienten Ellas Schicksal: Auch ihre Eltern sind beispielsweise suchtkrank oder depressiv. Unsere ehrenamtliche Redakteurin Saskia Balke sprach mit den Ankerland-Therapeutinnen Jelka Maxwell und Anna Weller darüber, wie sie Ankerland-Kinder stark für eine lebenswerte Zukunft machen.

Saskia Balke: „Wie lässt sich die Szene erklären, in der die kleine Ella plötzlich im Restaurant zusammenbricht und nicht mehr ansprechbar ist?“

Anna Weller: „So ein Verhalten kann bei traumatisierten Kindern immer wieder auftreten. Ella erleidet einen sogenannten Flashback. Das bedeutet, dass sie die belastende Situation blitzartig und mit überwältigender Kraft wiedererlebt. Ausgelöst wird ein Flashback von einem Trigger. In diesem Fall ist der Alkoholgeruch der Schlüsselreiz, der sie an die gewalttätigen Ausfälle ihres Vaters erinnert.“

Saskia Balke: „Was geht in Ella während eines Flashbacks vor?“

Jelka Maxwell: „Ella war zum Zeitpunkt des wiedererlebten Gewaltausbruchs ihres Vaters vier Jahre alt. Während des Flashbacks ist sie nicht mehr die Neunjährige, sondern wieder wie das kleine Kind von damals. In einer anderen Situation hätte sie sich womöglich artikulieren können, dazu fehlten ihrem jungen Ich jedoch die Fähigkeiten. Oft sind Menschen während eines Flashbacks nicht ansprechbar und erinnern sich anschließend auch nicht daran.“

Saskia Balke: „Ankerland-Kinder wie Ella können ihre traumatischen Erlebnisse in Form einer Traumatherapie verarbeiten. Wie aber gewinnen Sie das Vertrauen der Kleinen?“

Anna Weller: „Indem wir uns authentisch, verständnisvoll und fürsorglich verhalten. Es geht dabei um eine korrigierende Beziehungserfahrung bei den Pflegeeltern und uns. Die wohl wichtigste Regel lautet: Über das Schlimme wird nicht gesprochen, wenn es das Kind nicht möchte. Das Kind kann jederzeit eingreifen und Stopp sagen.“

Jelka Maxwill: „Es erfährt bei uns: Du bist richtig so, wie du bist. In unseren Sitzungen erleben die Kinder erstmalig, dass wir als Therapeuten Mitgefühl für ihr verletztes jüngeres Ich haben. Dieses auch für sich selbst zu entwickeln, ist ein wichtiges Ziel der Therapie.“

Saskia Balke: „Welchen Beitrag leistet die Ankerland-Therapie für die Zukunft der Kinder?“

Anna Weller: „Die seelische Wunde kann immer wieder aufreißen. Traumatisierte Kinder psychisch kranker Eltern sind fürs Leben geprägt. Wir können sie jedoch gemeinsam nachnähren und ihr Verständnis für ihre Gefühle wecken. So stärken wir sie für ein eigenständiges Leben und gesunde Beziehungen. Das hilft ihnen, ihren Weg zu gehen.“

Saskia Balke: „Wie ergeht es betroffenen Kindern, die nicht adäquat therapiert werden?“

Jelka Maxwill: „Sie haben ein erhöhtes Risiko, ebenfalls psychische Störungen zu entwickeln. Die medikamentenabhängige Mutter von Ella kam selbst aus einem Elternhaus, in

dem Sucht und Gewalt eine Rolle spielten. Solche Schicksale wiederholen sich häufig generationenübergreifend. Ankerland-Kinder können sich und später ihre eigenen Kinder im besten Fall davor bewahren, die leidvolle Geschichte ihrer Eltern und Großeltern fortzuschreiben.“



Kinder psychisch kranker Eltern sind vielen Risiken ausgesetzt:

- 61 % der Kinder von Eltern mit schwerer Depression entwickeln eine psychische Störung.
- Das Risiko, eine Schizophrenie zu entwickeln, ist bei Kindern psychisch kranker Eltern um das Zehnfache erhöht.
- Die schlechtesten Entwicklungschancen haben Kinder von Eltern mit Borderline-Störung oder dissozialen Persönlichkeitsstörungen.
- Etwa 175.000 Kinder erleben jedes Jahr, wie Mutter oder Vater wegen psychischen Erkrankungen stationär behandelt werden müssen.

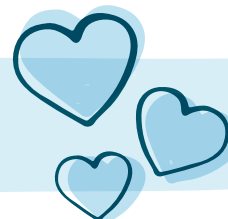


Anna Weller ist Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin mit einem verhaltenstherapeutischen Schwerpunkt.



Jelka Maxwill ist Psychologin (M.Sc.) und befindet sich in der Ausbildung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin mit einem tiefenpsychologischen Schwerpunkt.

Von Herzen danken möchten wir der **Reimund C. Reich Stiftung und ihrem Stifter**, der bereits im dritten Jahr die Personalkosten unseres Therapeutenteams unterstützt.



Sie möchten Ankerland unterstützen und dazu beitragen, dass die Welt für traumatisierte Kinder besser werden kann – und das nicht nur in Hamburg, sondern bundesweit? Dann wenden Sie sich an **Duda Zećo**. Sie findet gemeinsam mit Ihnen die Fördermöglichkeit, die zu Ihnen passt. Oder spenden Sie gleich heute mittels Überweisungsträger oder auf eines unserer Spendenkonten! Vielen Dank!



Duda Zećo
Spenderservice & Fundraising
Telefon: 040 - 46 86 396-24
E-Mail: duda.zeco@ankerland.de

Spendenkonto Ankerland e.V.

Bank für Sozialwirtschaft AG · IBAN: DE44 2512 0510 0001 4917 00 · BIC: BFSWDE33HAN
Commerzbank AG · IBAN: DE33 2008 0000 0959 6999 00 · BIC: DRESDEFF200

Der **Ankerland e.V.** ist mit dem Freistellungsbescheid des Finanzamtes Hamburg als gemeinnützig anerkannt. Spenden können steuerlich geltend gemacht werden. Für die Ausstellung einer Spendenquittung teilen Sie uns bitte Ihren Namen und Ihre Anschrift mit. Unsere Datenschutzbestimmungen finden Sie auf unserer Internetseite.



Mit diesen Problemen haben Kinder psychisch kranker Eltern außerdem zu kämpfen*:

- Desorientierung und Angst, weil sie das Verhalten der Eltern nicht einordnen können.
- Schuldgefühle: Die Kinder suchen die Schuld für das elterliche Verhalten bei sich.
- Tabuisierung: Die Kinder fürchten, dass sie ihre Eltern verraten, wenn sie über ihre Probleme sprechen.
- Isolierung: Die Kinder haben das Gefühl, sich niemandem anvertrauen zu können.

*Quelle: Mattejat, Fritz; Remschmid, Helmut (2008): Kinder psychisch kranker Eltern. Deutsches Ärzteblatt 105(23), 413-8.

PITT-KID: ERFOLGREICHE BEHANDLUNG VON TRAUMATISIERTEN KINDERN

„Wir machen die Kinder zu Experten ihres Erlebens.“

Ein unbehandeltes Trauma kann Kindern die Chance auf eine freie Entfaltung nehmen. Hier setzt die Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie für Kinder und Jugendliche an. Entwickelt wurde diese innovative Behandlungsmethode, kurz PITT-KID, von Ankerland-Gründer Andreas Krüger auf Basis der Psychodynamisch Imaginativen Traumatherapie nach Luise Reddemann. Bereits seit Anfang 2016 erzielt das Ankerland-Therapeuten-Team mit diesem Verfahren messbare Erfolge.

Das verletzte Ich: Bezugspunkt für Störungen, aber auch heilsames Handeln

Wurde ein Kind seelisch schwer verletzt, wirken innerlich verschiedene Anteile: Vorrangig übernimmt der Ich-Anteil von hier und heute die Führung, um den Alltag zu meistern. Verletzte Anteile sind jedoch noch immer im Schrecken der traumatischen Erlebnisse verhaftet. Das traumatisierte Ich ist dabei Bezugspunkt für Störungen und heilsames Handeln zugleich: Mit Hilfe von Imaginationstechniken, Achtsamkeits- und Trainingselementen sowie kognitiver Umstrukturie-

rung behandelt, versteht ein Kind wie Ella, dass seine Seele Überlebensstrategien gebraucht hat, um das Schreckliche zu überleben.

„Nicht du bist verrückt: Das, was du erlebt hast, ist verrückt.“

Während sich ein Trauma bei Mädchen oft durch nach Innen gerichtetes zerstörerisches Verhalten zeigt, fallen Jungen eher durch Aggressivität im Außen auf. Viele Kinder bringen eine große motorische Unruhe mit. PITT-KID lässt Kinder verstehen: „Nicht du bist verrückt:

Das, was du erlebt hast, ist verrückt.“ Die betroffenen kleinen Patienten und ihre Bezugspersonen lernen eine eigene Bildsprache kennen, die zunächst Trauma-Folgestörungszeichen verständlich macht. Sie werden zu Experten für ihr eigenes Erleben und entwickeln Lösungen für Probleme. Und auch für die nachfolgende Generation besteht die Chance, dass traumatisierte Kinder später nicht zu psychisch stark belasteten oder sogar gewalttätigen Eltern werden.

Studie der Wilhelms-Universität Münster: Wirksamkeit empirisch untersucht

In der Praxis hat sich die PITT-KID-Methode bereits seit Anfang der 2000er Jahre bewährt und die Wirksamkeit wurde in einer Pilotstudie bestätigt. Jetzt werden die erzielten Erfolge auch im Ankerland-Zentrum empirisch von der Uni Münster belegt. Ein wichtiger Schritt, denn die Ankerland-Therapiemethode ist bisher bundesweit einzigartig. Bisher ist das Konzept nicht Teil der Krankenkassenfinanzierten Regelversorgung. Wir sind für die Finanzierung unserer Therapieplätze weiterhin auf Ihre Spenden angewiesen! Danke, dass Sie uns ermöglichen, unseren kleinen Patienten zu einem lebenswerten Leben zu verhelfen.

AUS GUTEN ABSICHTEN KÖNNEN GUTE TATEN WERDEN!

Sie suchen ein Ehrenamt und möchten an unserem Trauma-Info-Telefon dienstagsvormittags Informations- und Anlaufstelle für Institutionen, betroffene Familien und traumatisierte Menschen sein? Dann melden Sie sich per Mail an: ilse.huettner@ankerland.de

