

## Was können Sie tun, wenn Sie vermuten, dass Ihr Kind an den Folgen eines Traumas leidet?

Das persönliche Gespräch hilft am besten bei der Klärung. Informationen, Beratung und Unterstützung durch PsychologInnen finden Sie unter:

[www.psychnet.at](http://www.psychnet.at)

Über die Psychnet-Datenbank des Berufsverbandes können Sie Psychologinnen und Psychologen zu bestimmten Themen ausfindig machen und so die richtige Ansprechperson für Ihr persönliches Anliegen finden.

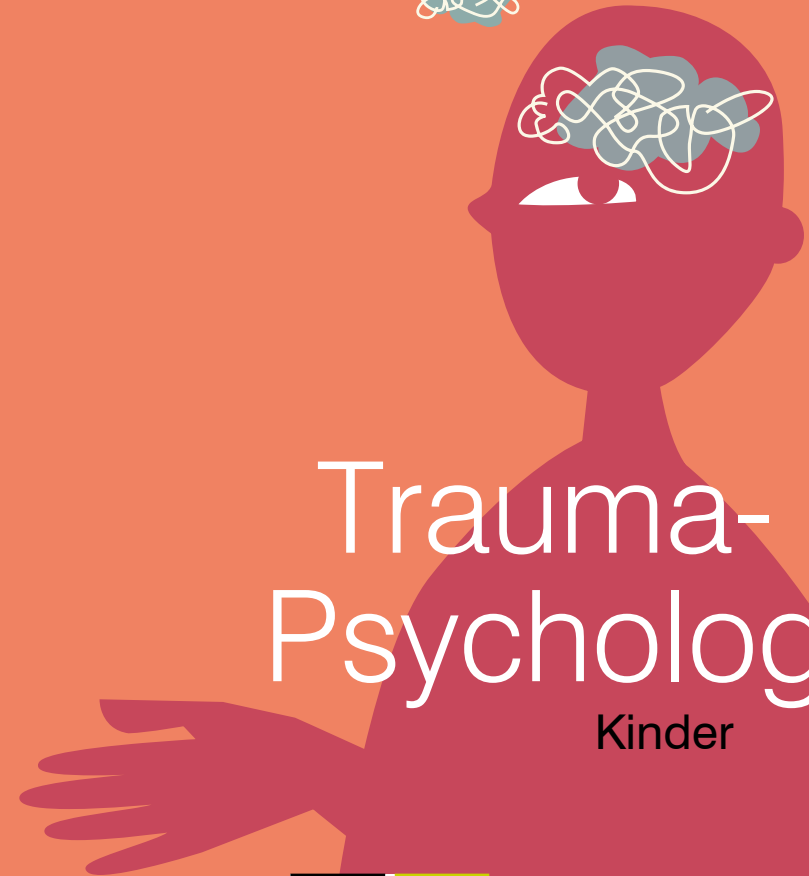
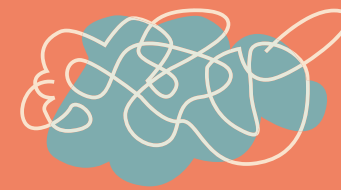
**BÖP-Helpline: 01/504 80 00**

Das Beratungs- und Infotelefon der Psychologinnen und Psychologen unterstützt Sie bei der Suche nach professioneller Hilfe.



Berufsverband  
Österreichischer  
**PsychologInnen**

Impressum: BÖP – Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen  
Dietrichgasse 25, 1030 Wien, Telefon +43 1 407 26 71-0, Fax +43 1 407 26 71-30  
buero@boep.or.at, www.boep.or.at, Text: Sektion Kinder- Jugend- und Familienpsychologie & Sektion Traumapsychologie, Stand: Oktober 2016



# Trauma- Psychologie Kinder



Berufsverband  
Österreichischer  
**PsychologInnen**

[www.psychnet.at](http://www.psychnet.at)  
[helpline@boep.or.at](mailto:helpline@boep.or.at)

Ein Ereignis kann dann zu einer Verletzung der kindlichen Psyche führen, wenn es als extrem bedrohlich erlebt wird und wenn das Kind weder durch Flucht noch durch Kampf entkommen kann.

Es entstehen Gefühle von absoluter Hilf- und Machtlosigkeit, gemeinsam mit extremer Angst. In diesem Fall spricht man von einem psychischen »Trauma«.

## Wodurch kann ein Trauma beispielsweise verursacht werden?

- Gewalt in jeder Form,
- Naturkatastrophen,
- Unfälle, Krankheiten,
- Vernachlässigung, Missbrauch, Misshandlung.

### Bitte beachten Sie: Seelisch verletzen kann bzw. können auch

- Filme und Bilder von solchen Ereignissen,
- wenn andere Menschen einem solchen Ereignis ausgeliefert sind und das Kind hilflos dabei zusehen muss,

- wenn andere Menschen von einem solchen Ereignis erzählen und ein Kind dabei mithören muss,
- ein Ereignis, das vom Kind selbst als extrem bedrohlich empfunden wird – unabhängig davon, wie gefährlich es – objektiv betrachtet – war.

Dies gilt für Kinder in jedem Alter, also auch für Säuglinge und Jugendliche.

## Woran kann ein psychisches Trauma erkannt werden?

Je nach Altersstufe können die Symptome stark variieren.

Wenn Sie Veränderungen im Verhalten Ihres Kindes beobachten und sich Sorgen machen, dass Ihr Kind traumatisiert sein könnte, wenden Sie sich an eine Klinische Psychologin oder an einen Klinischen Psychologen zu einer ersten Beratung bzw. Diagnostik.

### Bitte beachten Sie:

Solche Veränderungen können gleich nach dem Ereignis, aber auch mit einer zeitlichen Verzögerung von Wochen oder auch Monaten auftreten!

## Was passiert in der der psychologischen Behandlung?

Spezielle psychologische Techniken werden in altersgerechte Spiel- und Gesprächssituationen verpackt.

Oberstes Prinzip ist **das Stärken und Stabilisieren des Kindes bzw. der/des Jugendlichen**, damit sie/er Schritt für Schritt wieder Kontrolle über ihre/seine Erinnerungen und Emotionen bekommen kann. Diese innere Sicherheit wiederzuerlangen ist notwendig, um sich mit der Vergangenheit beschäftigen zu können, ohne von (den damaligen) Gefühlen überflutet zu werden.

Im Laufe der Behandlung wird das Kind unterstützt, das Erlebnis gut und sicher zu verarbeiten, damit die Gegenwart nicht mehr durch das Vergangene belastet wird. Gemeinsam werden, wenn notwendig, neue, konstruktive Selbstüberzeugungen oder Verhaltensweisen entwickelt. Sicherheit in der Gegenwart ist dafür selbstverständlich eine wichtige Voraussetzung.

Die Mitarbeit von nahen Bezugspersonen verbessert bzw. beschleunigt in der Regel den Behandlungserfolg.