Trauma

FELD INSTITUT

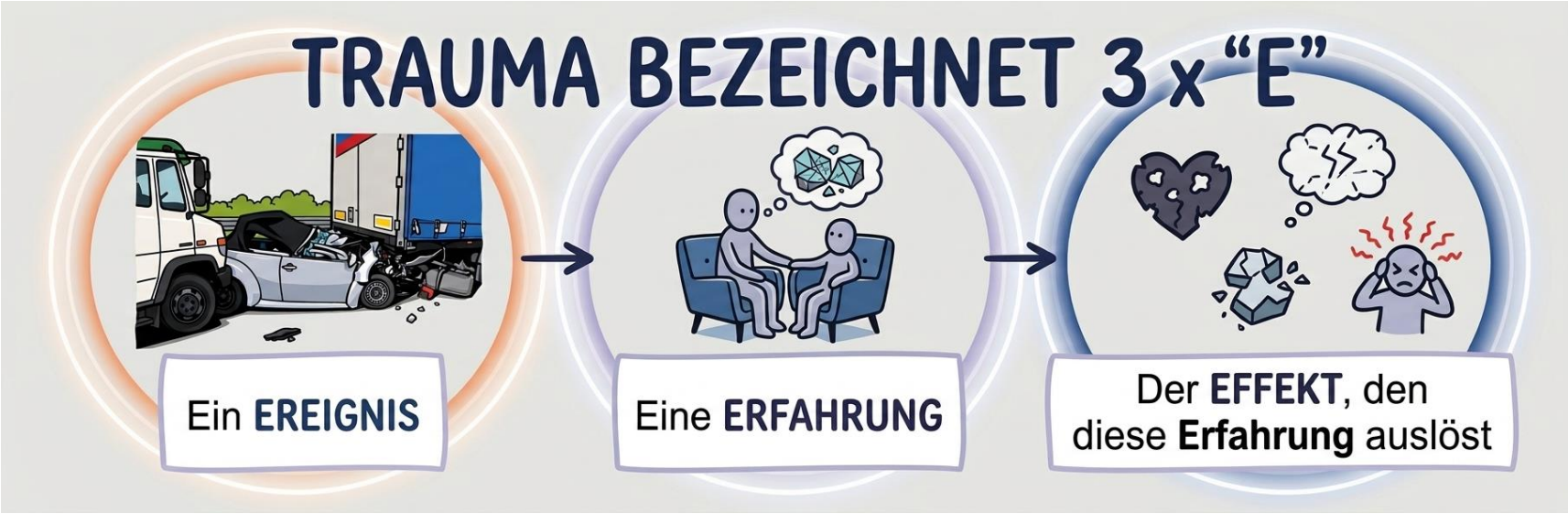
Im Falle eines Traumas finden wir keine adäquate Reaktion.

Wir sind mental, psychisch und körperlich überfordert.

Trauma hat 3 Aspekte

Der Begriff „Trauma“

bezeichnet 3 x **E**



- ein **Ereignis**
- eine **Erfahrung**
- und die **Effekte**,

die diese Erfahrung auslöst.

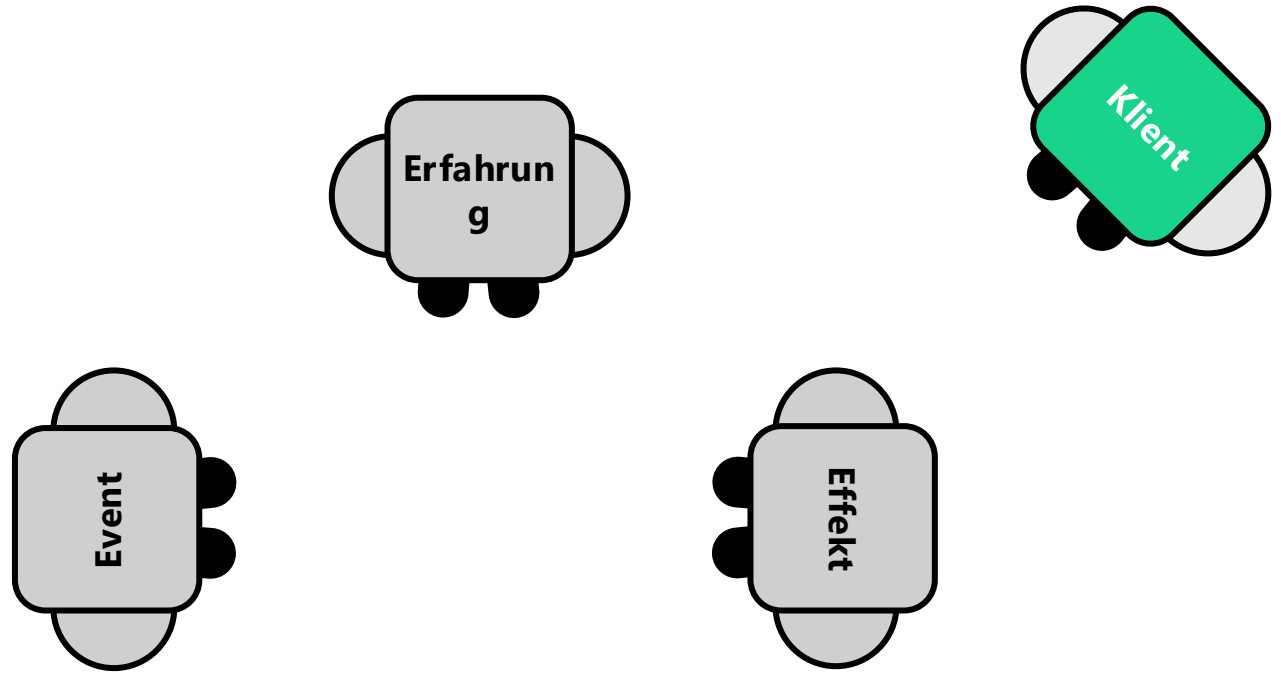
ÜBUNG

Die 3 Aspekte von Trauma

4er Gruppe

jede/r 10 min

Klient / Event / Erfahrung / Effekt



Auftrag

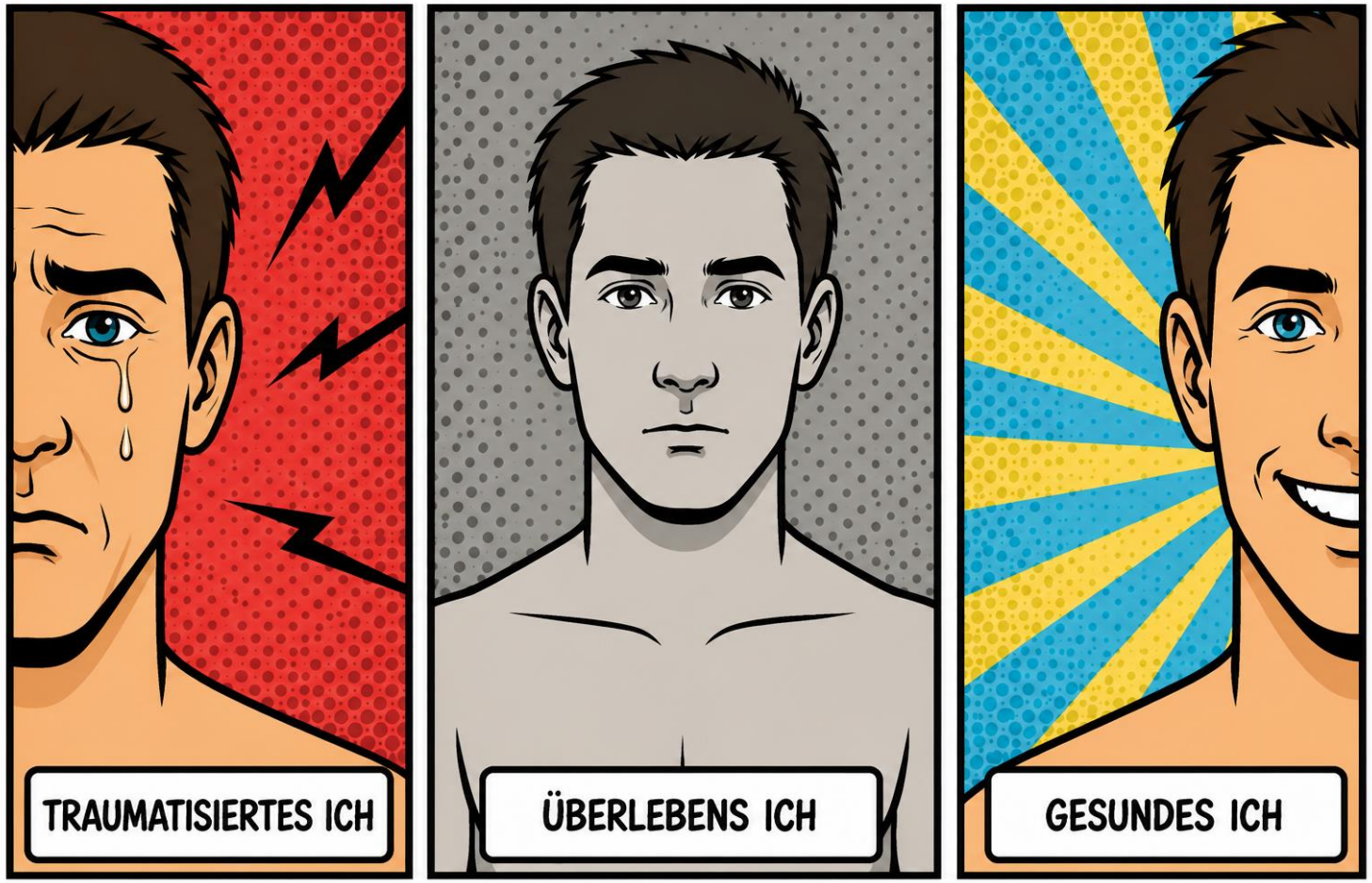
Der Klient wählt drei Stellvertreter für die Positionen Event (Ereignis), Erfahrung und Effekt.

Die Stellvertreter wählen eine freie Position. Der Klient sucht eine Position des neutralen Beobachters

Spaltung durch ein Trauma

Die Einheit spaltet sich in

- 3 Ich-Anteile



Bipolare Strukturen

- **schizoider Charakter**
  mit dem anderen verschmelzen und die eigene Individualität aufgeben ./.
  Individuum bleiben, Identität erhalten
- **narzisstischer Charakter**
  anderen wichtig sein ./.
  von anderen unabhängig sein
- **depressiver Charakter**
  von anderen versorgt werden ./.
  sich und andere versorgen
- **zwanghafter Charakter**
  eigene Triebe ungeregelt durchsetzen
  . / eigene Triebe entsprechend dem, was richtig ist, kontrollieren
- **phobischer Charakter**
  eigene Triebe ausleben ./
  eigene Triebe kontrollieren, um sozial akzeptiert zu sein
- **hysterischer Charakter**
  Sich festlegen und binden ./.
  frei und ungebunden bleiben

Trauma bleibt im Priming Gedächtnis

Wenn das **Priming Gedächtnis** aktiviert wird, reagiert es so:
Das ist so ähnlich, also ist es dieselbe Gefahr!

Peritraumatische Informationen werden in der **Amygdala** und im **limbischen System** gespeichert.



Solche Informationen sind:

Bildfetzen, Einzelbilder, Bewegungssequenzen,
Sätze, Stimmen, Geräusche, Gerüche

Betroffene

- Trauma verletzt offene Systeme, die auf den Austausch mit ihrem Umfeld angewiesen sind.
- Offene Systeme sind alle Organismen und deren soziale Strukturen (Gruppen).

