

# Folgen und Behandlung

Wenn eine posttraumatische Belastungsstörung vorliegt und nicht psychotherapeutisch behandelt wird, können daraus schwerwiegende Probleme für den Betroffenen und sein Umfeld entstehen. In vielen Fällen können die beschriebenen Symptome bis ins Erwachsenenalter bestehen bleiben und sich noch verstärken, so dass die Betroffenen nicht mehr zu ihrer alten Lebensweise zurückkehren können. Durch benannte Symptome kommt es zu einer großen Belastung für den Betroffenen und sein Umfeld, meist zu einem Leistungsknick z.B. in der Schule, vermehrten Auseinandersetzungen im Freundeskreis und in der Familie, sozialem Rückzug und Interessenverlust. Oft kommt es zu zusätzlichen Problemen, z.B. Entwicklungsverzögerungen, Leistungsstörungen, Depressionen, anhaltenden körperlichen Beschwerden, weiteren Ängsten oder Alkohol- oder Drogenmissbrauch.

## Was beinhaltet eine Therapie?

In unserer Trauma-Ambulanz bieten wir eine ausführliche Diagnostik und eine für das Störungsbild angepasste Verhaltenstherapie an, die individuell auf den Einzelfall abgestimmt durchgeführt wird.

# Was tun?

**Wenn Ihrem Kind bzw. Dir selbst ein traumatisches Ereignis widerfahren ist und die beschriebenen Reaktionen auf Ihr Kind bzw. auf Dich zutreffen, bieten wir eine diagnostische Abklärung in unserer Trauma-Ambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie an. Ein Termin für ein erstes Gespräch kann unter folgender Telefonnummer vereinbart werden:**

**Anmeldung: 0731-500-61768**

**Ansprechpartner:**  
**Sektion Psychotherapieforschung  
und Verhaltensmedizin**  
**Leitung:**  
**Prof. Dr. Dipl.-Psych. L. Goldbeck**  
**Krankenhausweg 03**  
**89075 Ulm**

**Bettina Hofbeck**  
**Diplom-Psychologin**  
**☎ (07 31) 5 00-6 17 68**  
**📄 (07 31) 5 00-6 16 83**  
**Telefonsprechstunde:**  
**Mi 13:00-15:00**

**[Bettina.Hofbeck@uniklinik-ulm.de](mailto:Bettina.Hofbeck@uniklinik-ulm.de)**

# Trauma-Ambulanz



im Universitätsklinikum Ulm  
Klinik für Kinder- und Jugendpsychotherapie



# Was ist ein traumatisches Ereignis?

Ein traumatisches Erlebnis ist ein Ereignis, bei dem Gefahr für das eigene Leben oder das eines anderen Menschen besteht oder die seelische Gesundheit bedroht ist. Üblicherweise löst so ein Ereignis extreme Angst, Entsetzen und Hilflosigkeit aus. Beispiele für traumatische Ereignisse sind Unfälle, körperliche Gewalt, sexueller Missbrauch, gewalttätige Konflikte zwischen Eltern, Naturkatastrophen oder der gewaltsame Tod eines geliebten Menschen. Ein Ereignis kann auch dann traumatisch sein, wenn man es nicht selbst erlebt, sondern es beobachtet oder davon erfährt.

Eines oder mehrere solcher traumatischen Ereignisse können zu körperlichen und psychischen Reaktionen führen, beispielsweise Schlafstörungen, Alpträumen, Herzrasen, Konzentrationsschwierigkeiten, Kopf- und Bauchschmerzen, Übelkeit, Reizbarkeit und erhöhter Schreckhaftigkeit.

Diese Reaktionen treten kurzfristig bei fast allen Betroffenen auf und gehören zum normalen Verarbeitungsprozess. Die meisten Menschen erholen sich von den Folgen der traumatischen Ereignissen, die Belastungsreaktionen nehmen mit der Zeit ab und verschwinden dann gänzlich. Es ist auch möglich, dass diese Symptome erst einige Zeit nach dem Ereignis auftreten.

# Wann spricht man von einer posttraumatischen Belastungsstörung?

An die Möglichkeit, dass sich eine sogenannte posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) entwickelt, sollte gedacht werden, wenn Symptome 4 Wochen oder länger bestehen. Bei einer PTBS liegen typischerweise Symptome in folgenden drei Bereichen vor:

**Wiedererleben** des traumatischen Ereignisses, z.B. durch wiederkehrende belastende Erinnerungen, Bilder, Wahrnehmungen, Gedanken und Träume, sowie starke psychische und körperliche Reaktionen, wenn man sich in Situationen befindet, die dem Trauma, manchmal auch auf kaum bemerkbare Art und Weise, ähneln.

**Vermeidung** von Situationen, Orten, Personen, Gedanken, Gefühlen und Gesprächen, die an das Trauma erinnern, die Unmöglichkeit, sich an das Ereignis oder Teile davon zu erinnern, sowie die Abnahme von Interessen, Aktivitäten, Gefühlen und Zukunftsplänen.

**Erhöhte körperliche Erregbarkeit**, die sich in Schlafstörungen, Reizbarkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, übermäßiger Wachsamkeit und Schreckhaftigkeit äußern kann.

# Traumadiagnostik und -therapie

Zunächst wird in einem orientierenden Untersuchungstermin geklärt, ob möglicherweise eine posttraumatische Belastungsstörung vorliegt und ob eine Traumatherapie in Betracht kommt. In diesem Fall werden weitere Termine zur genaueren psychologischen Diagnostik vereinbart. Diese Untersuchungen umfassen eine genaue Erfassung der Symptome mittels Interview und Fragebogen, eine körperliche Untersuchung sowie eine Messung der kognitiven Leistungen und der traumabezogenen Gedanken. Bei Bedarf können die ersten Termine durch Dolmetscher begleitet werden.

Die Untersuchungsergebnisse werden den Betroffenen ausführlich erläutert und es werden ggf. Behandlungsempfehlungen ausgesprochen. Bei Bedarf kann eine Traumatherapie in unserer Ambulanz erfolgen, die mit ca. 12 Sitzungen in wöchentlichem Abstand stattfindet und jeweils 75 Minuten dauert. In die Diagnostik und Therapie werden Eltern bzw. erwachsene Bezugspersonen intensiv einbezogen.

Alle diagnostischen und therapeutischen Maßnahmen folgen neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.