

Symptome einer Traumatisierung

In der folgenden Tabelle sind mögliche Symptome einer Traumatisierung nach Immbazlen und Schmiegl (2017), Siebert (2016), Steinhausen (2016) sowie Zito und Martin (2016) zusammengefasst.

Es muss beachtet werden, dass die Zuteilung nach Alter nur ein Richtwert darstellt.

Alter	Symptome
Kleinkind (0-6 Jahre)	<ul style="list-style-type: none"> – Angst vor Dunkelheit oder vor Tieren – starke Unruhe in der Nacht, gestörter Schlaf – Bettnässen oder Einkoten, obwohl davor schon sauber – Schwierigkeiten beim Sprechen – Probleme mit dem Appetit (übermässiges oder reduziertes Essen) – vermehrtes Weinen oder Schreien – Erstarren und Zittern – starke Angst, alleine gelassen zu werden – sich Anklammern an die Eltern – Angst vor fremden Menschen – Entwicklungsrückschritte
Schulkind (7-12 Jahre)	<ul style="list-style-type: none"> – Jammern und Anklammern, erhöhte Wachsamkeit, Schreckhaftigkeit, Unruhe – körperliche Übererregtheit – erhöhte Reizbarkeit und aggressives Verhalten zu Hause und auch in der Schule – Konkurrenzkämpfe mit den Geschwistern um die Aufmerksamkeit der Eltern – Alpträume, Angst vor Dunkelheit, nächtliche Unruhe, Ein- und Durchschlafstörungen – nicht in die Schule gehen wollen – Einnässen, Einkoten – sich von Gleichaltrigen zurückziehen, Verlust von Interessen – Konzentrationsprobleme, verminderte Aufmerksamkeit & Merkfähigkeit (Lernschwierigkeiten) – zwischenmenschliche Probleme in der Schule durch unruhiges und aggressives Verhalten – kleinkindhaftes Verhalten wie z.B. Daumenlutschen

	<ul style="list-style-type: none"> – psychosomatische Beschwerden (Kopfweg, Bauchweg, Hautausschläge etc.) – Probleme mit dem Essen (zu viel oder zu wenig) – unglücklich sein (Depressivität, Bedrücktsein, Traurigkeit) – Ängste bezüglich der Sicherheit in vielen Bereichen, die vorher keine Angst gemacht haben – negative Weltansichten – schreckhaft – traumatische Erlebnisse werden immer wieder nachgespielt und gezeichnet – Schuldgefühle, Risikoverhalten
Jugendliche (13-18 Jahre)	<ul style="list-style-type: none"> – Schlafstörungen, Alpträume – wiederkehrende Erinnerungen und Gedanken an die traumatische Situation (Flashbacks) – Dissoziieren (plötzliches Verstummen im Gespräch, ins Leere blicken, nicht auf Ansprache reagieren, abwesend sein) – Appetitstörungen, Übelkeit – vermehrt rebellisches Verhalten – extreme Vergesslichkeit – Verweigern von häuslichen Aufgaben und Pflichten oder ein übermäßig verantwortungs- volles Verhalten bzw. das Gefühl, für die Familie oder andere verantwortlich zu sein – Depression – Schulprobleme (Streitereien, Rückzug, auffälliges Verhalten, Schule schwänzen etc.) – verminderte Konzentration, Aufmerksamkeit, Merkfähigkeit und Ausdauer – Verlust von Interessen, Rückzug vom Freundeskreis, Einsamkeitsgefühle – Grübeln, Ängste und Panikattacken, psychosomatische Beschwerden – Gefühl, keine Zukunft zu haben (mitunter Suizidgedanken oder - vorstellungen), negative Weltansichten – Substanzenmissbrauch (Beruhigung durch Medikamente, Alkohol oder Drogen) – selbstverletzendes Verhalten – mitunter sexualisiertes und promiskuitives Verhalten

- Imm-Bazlen, U. & Schmiege, A. (2017). *Begleitung von Flüchtlingen mit traumatischen Erfahrungen*. Berlin: Springer.
- Siebert, G. (2016). *Flucht und Trauma im Kontext Schule. Handbuch für Pädagoginnen*. Wien: UNHCR.
- Steinhausen, H.-C. (2016). *Psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen. Lehrbuch der Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie* (8., neu bearbeitete und erweiterte Auflage). München: Elsevier GmbH.

