

allem Posttraumatische Belastungsstörungen sowie die Persönlichkeitsveränderungen nach Traumatisierung zu nennen. Die Posttraumatische Belastungsstörung als Hauptform ist gekennzeichnet durch Wiedererleben der Traumatisierung in Form von „Als-ob-Erleben“, Flashbacks und Alpträumen.

Zudem kommt es zu Vermeidungsverhalten und es zeigt sich eine ständige Übererregung (Schreckhaftigkeit). Diese Symptome können auch bei jungen Geflüchteten auftreten und sollten beobachtet und gegebenenfalls behandelt werden.

Es ist falsch anzunehmen, dass an der Traumaverarbeitung nur eine Gehirnstruktur beteiligt ist. Wir müssen uns stets vor Augen halten, dass unser Gehirn ein sehr komplexes Organ ist. Ganz simpel gesprochen handelt es sich sogar um ein „Anbau“-Organ: Entwicklungsgeschichtlich „ältere“ Gehirnteile befinden sich im Zentrum und reagieren fast instinktiv auf äußere Schlüsselreize mit Aktivierung der Basisemotionen. Diese Schlüsselreize können biologisch verankerte Stressoren (z. B. Spinnen oder Schlangen), aber auch individuell gelernte Auslöser (genannt Trigger, z. B. Geräusche, Gerüche, Worte etc.) sein. Der äußere Gehirnteil, unser Neocortex, stellt das „moderne“ Gehirn dar. Aufgrund dieser Struktur kann es zwischen den „alten“ und „neuen“ Gehirnstrukturen zu Kommunikationsproblemen kommen. Diese ähneln Kompatibilitätsproblemen zwischen älteren Windows-Rechnern und hoch-modernen Windows-10-Rechnern und werden unter Stress verstärkt.<sup>9</sup>

### Wie das Gehirn Traumatisierung (nicht) verarbeitet

Erinnerungen werden typischerweise abgespeichert, indem wir faktisches bzw. biografisches Wissen mit emotionalen Informationen verknüpfen. Die gesunde Gedächtnisablage ist ein Zusammenspiel des limbischen Systems mit dem Neocortex und sie ermöglicht uns so eine emotional gefärbte, sachlich adäquate Erinnerung an schöne oder schwere Erlebnisse. Die Narrative Expositionstherapie (NET, Infos unter [www.vivo.org](http://www.vivo.org)) beschäftigt sich genau mit dieser Verknüpfung von Gedächtnisinhalten und stellt mit ihrer psychologisch fundierten Theorie ein gutes Modell für Traumaverarbeitung dar.

Es wird davon ausgegangen, dass sich faktisch biografische Erinnerungen (Cold Memory) und emotionale Erinnerungen (Hot Memory) bei starker Traumatisierung nicht Mitgestalten & Kooperieren verknüpfen und es zu Störungen im Verarbeitungsprozess im

Gedächtnis kommt. Beide nicht Mitgestalten & Kooperieren verknüpften Gedächtnisinhalte tauchen dann getrennt voneinander als Hot-Memory-Erinnerungen (Alpträume, Heul- und Angstkrämpfe, Als-ob-Erleben, unerklärliche Furcht) oder als Cold-Memory-Erinnerungen (gefühlloses Wiedergeben drastischer Situationen, zynisches Berichten, Zeigen von Handybildern oder Malen der Traumatisierung ohne emotionale Regung) wieder auf. Hot-Memory-Inhalte werden häufig durch Trigger ausgelöst, die für Außenstehende unbedeutend erscheinen. Cold-Memory-Inhalte werden häufig in Situationen präsentiert, in denen der oder die Betroffene versucht, Zeugnis über das Geschehene abzulegen. Die Erinnerungen verstören die Beobachter\*innen oft durch ihre faktische Klarheit und gleichzeitig fehlende Emotionalität.

#### Fiktives Fallbeispiel 1:

*Hot-Memory-Erinnerungen bei Ibrahim:*

In der Schulklasse wird umgeräumt, Schulbücher werden zusammengeklappt und Tische hin und her geschoben. Sie beobachten, dass Ibrahim vor sich hinstarrt. Er zuckt. Ihnen fällt sein schmerzverzerrtes Gesicht auf. Er kann Sie kaum anschauen.

#### Fiktives Fallbeispiel 2:

*Cold-Memory-Erinnerungen bei Doaa:*

Doaa hat Vertrauen zu Ihnen gefasst. Sie zeigt Ihnen nach einer Schulstunde unvermittelt Handybilder von offensichtlich wütenden Schleppern\*, die ein Loch in ein altes Fischerboot rammen. Sie berichtet nüchtern, dass ihr Freund Bassem da noch gelebt habe. Sie schaut Sie emotionslos an und wartet auf eine Reaktion.

Im Fallbeispiel von Ibrahim sind Hot-Memory-Anteile durch Geräusche unverknüpft aktiviert worden. Der Junge zeigt instinktiv erlebte Todesängste, er erstarrt wie zum Zeitpunkt der Traumatisierung und erlebt erneut die Schmerzen der alten Situation. Im Fall von Doaa kann es sein, dass die junge Frau Handybilder zeigt, um ihre eigene Gedächtnisverarbeitung zu aktivieren. Diese Erzählungen können äußerst abgeklärt und kühl wirken, weil keine adäquate Verknüpfung mit Hot-Memory-Inhalten erfolgt ist. Es handelt sich oft um den vitalen Versuch, die selbst nicht erlebbaren emotionalen Anteile wenigstens bei anderen zu erleben und das Grauen bestätigt zu bekommen.

Spontane Hot-Memory-Erinnerungen stören oft und werden deshalb leicht übergangen. Cold-Memory-Erinnerungen können als fakti-

---

Traumatisierung ist kein Freifahrtsschein für dissoziales Verhalten, kann aber bei der Bewertung von auffälligem Verhalten hilfreich sein.

---

<sup>9</sup> Vgl. Hüther, 2010.