

Auszug aus: **Ralph Kirscht, Wandlungs-Räume. Praxishandbuch traumasensible Seelsorge, Kohlhammer Verlag, Stuttgart 2021, S. 47-48**



2.3 Traumatisierung als extreme Stressreaktion: Ein Stress-Informations-System-Modell

2.3.1 Einleitung

Die englischen Bezeichnungen „Acute/Posttraumatic Stress Disorder“ (DSM-5 308.3/309.81) machen deutlicher als die deutschen ICD-10-Bezeichnungen, dass es bei Trauma und Traumatisierung zentral um eine Situation von (übermäßig) hohem Stress und den Reaktionen darauf geht (die ICD-11 trägt dem mit ihrer neuen Systematik Rechnung, s. Kapitel 2.2).¹ Horowitz wählte für seine für die Psychotraumatologie wichtige Publikation von 1976 folgerichtig den Titel: „Stress Response Syndroms“.² Vieles aus seiner Stress- und Informationsverarbeitungstheorie findet sich in neuerer Zeit wieder in einem „Modell der gestörten Informationsverarbeitung“, das „in umfassender Weise alle klinischen Merkmale der Traumafolgestörungen, einschließlich der Genese von dissoziativen Symptomen, zu erklären“ vermag.³ Ich folge hier den Darlegungen von Martin Sack, die zusammen mit den Modellen von Mardi J. Horowitz und dem „stressorbasierten Therapieansatz“ von Thomas Hensel (s.

¹ Das DSM-5 hat denn auch gegenüber dem Vorläufer DSM-IV ASD und PTSD aus dem Kapitel Angsterkrankungen herausgenommen und in ein eigenes Kapitel „Trauma- and Stressor-Related-Disorders“ gefasst. Bei MAERCKER (2013): *Psychologische Modelle*, in MAERCKER (Hrsg.): *Posttraumatische Belastungsstörungen*, 35–53, finden sich verschiedene psychologische Erklärungsmodelle, u.a. Trauma als gelernte Angst oder kognitive Modelle. In der vorliegenden Arbeit und auch als Grundlage für eine traumasensible Seelsorge wird dem von mir so bezeichneten *Stress-Informations-System-Modell* jedoch der Vorzug gegeben.

² MAERCKER (2013): *Psychologische Modelle*, in MAERCKER (Hrsg.): *Posttraumatische Belastungsstörungen*, 35–53; HOROWITZ (1997): *Stress Response Syndroms*.

³ SACK (2010): *Schonende Traumatherapie*, 23. Bereits im Jahr 1919 hat der bereits erwähnte Pierre Janet die folgende Definition von Trauma formuliert, die bis heute nichts an Gültigkeit verloren hat: „Es ist das Ergebnis des Ausgesetztseins an ein unvermeidlich stressiges Geschehen, das die Mechanismen der Person übersteigt, damit umzugehen. Wenn die Menschen sich zu sehr von ihren Emotionen überwältigt fühlen, können sich die Erinnerungen nicht in neutrale narrative Erfahrungen verwandeln. Der Schrecken verwandelt sich in eine Phobie bezüglich der Erinnerung, was die Integrierung des traumatischen Geschehens verhindert und die traumatischen Erinnerungen fragmentiert, welche so vom normalen Bewusstsein ferngehalten werden und in visuellen Wahrnehmungen, somatischen Befürchtungen und verhältnismäßigem Wiederausagieren organisiert bleiben“ (zitiert nach: BOURQUIN/NAZARKIEWICZ [Hrsg.]: *Trauma und Begegnung*, 10, *Hervorhebung RK*).

Kapitel 2.2), dem Modell vom „Triune Brain“ nach Paul D. MacLean¹ und der „Polyvagaltheorie“ nach Stephen Porges (beide s. Kapitel 2.3.3) die Grundlage des hier dargestellten *Stress-Information-System-Modells* bilden.² Es handelt sich um ein stimmiges und zugleich relativ leicht verständliches Modell (was der etwas sperrige Name auf den ersten Blick vielleicht nicht vermuten lässt), das sich sowohl in meiner psychotherapeutischen wie meiner seelsorglichen Arbeit mit traumatisierten Menschen unterschiedlichsten Alters theoretisch und praktisch gut bewährt hat. Es kann somit auch als ein gutes Hintergrundmodell für eine traumasensible Seelsorge dienen. Es soll in drei Schritten entsprechend seiner drei Komponenten dargestellt werden.

¹ MacLeans Modell ist nicht ohne Kritik geblieben, dennoch kann man mit KORRITKO (2016): *Posttraumatische Belastungsstörungen*, 61, sagen: „Obwohl MacLeans Theorie viele Ungenauigkeiten enthält, hilft sie uns beim Verständnis eines komplexen Systems“, nämlich des hochkomplexen menschlichen Gehirns. Zur Kritik s.a. DAMASIO (2017): *Im Anfang war das Gefühl*, 150–151.

² SACK (2010): *Schonende Traumatherapie*; HOROWITZ (1997): *Stress Response Syndroms*; HENSEL (2018): *Spezielle Psychotraumatheorie*; MACLEAN (1990): *The Triune Brain in Evolution*; PORGES (2019): *Die Polyvagaltheorie und die Suche nach Sicherheit*.