

• Inhaltsverzeichnis •

Vorwort .....	1
---------------	---

**Teil I**

<b>Traumapsychologie und Traumapsychotherapie .....</b>	<b>7</b>
Fragen aus der Praxis .....	10
Fragen zu Posttraumatischen Entwicklungsverläufen .....	12
Fragen zur Indikation .....	14
Entwicklung nach dem Trauma: Risiko- und Schutzfaktoren .....	17
In Richtung einer psychologischen Theorie der Traumatisierung ....	22
Selbstprozesse .....	25
Beispiele: .....	28
Integrative Therapie für Traumatisierte .....	31
Therapiemotivation Traumatisierter .....	32
Prävention .....	36
<b>Grundsätzliche Erwägungen zu einer Theorie der psychologischen Heilung bei posttraumatischen Belastungsreaktionen .....</b>	<b>43</b>
Was braucht eine Person nach einem Trauma? .....	43
Phasen psychologischer Reaktion auf Traumatisierung .....	43
Bedürfnisse während posttraumatischer Stadien .....	46
Die „Werkzeuge“ der psychologischen Intervention .....	54
<b>Selbstunterstützung, Kontakt und Dialog als Komponenten in der integrativen Behandlung Posttraumatischer Belastungsstörungen</b>	<b>59</b>
Integrative Psychotherapie .....	59
Die Posttraumatische Belastungsreaktion .....	61
Selbst und Kontakt .....	64
Ein formales Modell der Selbstentwicklung? .....	68
Intrapsychischer Selbst-Kontakt .....	73
Das Selbst im Trauma .....	75

Studien zur Traumatisierung des Selbst .....	75
Kriegstraumatisierung und Psychotherapie-Integration .....	77
Traumatisiertes Selbst und Kontakt .....	79

## Teil II

### Training von Traumatherapeuten: Traumatisierte Erwachsene

Wozu dient diese Trainingsanleitung .....	89
Was wird gelehrt? .....	91

<b>Traumatisierungsfolge „Streß“ - Hilfen bei der Bewältigung .....</b>	92
Lernziele: Erkennen und Verstehen traumatischer Belastungen .....	92
Einführung in die Arbeitsweise einer Trainingsgruppe .....	93
Selbstunterstützungsfähigkeiten erkennen und aktivieren .....	99
Hinweise zum diagnostischen Interview .....	100
Bewältigungsmöglichkeiten in der Gruppe .....	104
Informationen über Entspannungsverfahren .....	105
Einübung von Entspannungsverfahren .....	110
Hilfen bei Schlafstörungen .....	119

<b>Somatisierungen psychischen Leidens:</b>	
<b>Funktionelle psychosomatische Störungen .....</b>	123
Häufiger vorkommende psychische Störungen im Gefolge von	
Traumatisierungen .....	123
Angststörungen, Phobien, Panikattacken .....	129
Depressive Erkrankungen .....	132
Das Problem der „agitierten Externalisation“ .....	137
Akute und chronifizierte Psychosen .....	139
Psychoseähnliche Zustände nach Traumatisierungen .....	145

<b>Chronische Nachwirkungen von Traumatisierungen .....</b>	148
Mißbrauch von Drogen oder Alkohol .....	149
Zum Umgang mit Folter- und Gewaltopfern .....	153
Hilfe für Vergewaltigte und ihre Angehörigen .....	161
<b>Unspezifische Fertigkeiten in der psycho-sozialen Trauma-Rehabilitation .....</b>	171
Fertigkeiten der einfühlsamen Gesprächsführung .....	172
Die Kunst der differenzierten, kontakterhaltenden Abgrenzung ....	173
Korrekte Dosierung zwischen praktischer Hilfe und psychischer Unterstützung .....	174
Kenntnis der Organisationsstrukturen .....	176
Gewahr-Sein (Awareness) .....	176
Die Arbeit mit unterdrückten Gefühlen und dem Erledigen unerledigter Erfahrungen („unfinished business“) .....	177

### **Teil III**

#### **Training von Traumatherapeuten: Traumatisierte Kinder und ihre Familien**

<b>Training von Traumatherapeuten:</b>	
Traumatisierte Kinder und ihre Familien .....	179
Beginn des Seminars .....	180
<b>Direkte Traumatisierung von Kindern -</b>	
Hilfestellung für ihre Mütter .....	183
Einführung .....	183
<b>Akute Traumareaktionen bei Kindern .....</b>	184
Wie äußern sich akute seelisch-emotionale Probleme traumatisierter Kinder? .....	184

Typische Reaktionen der Eltern bzw. Angehörigen .....	189
Erwünschtes Verhalten der Bezugspersonen:	
Bewertung und Diskussion der elterlichen Verhaltensweisen .....	193
<b>Akute Bewältigung von Traumareaktionen bei Kindern .....</b>	<b>196</b>
Notwendige Rahmenbedingungen in Familie, Umwelt und Kultur	197
Problemspezifisches Training und problemspezifische Therapie ..	199
Anleitung für Angehörige .....	203
<b>Prävention ungünstiger Langzeitkonsequenzen bei kriegstraumatisierten Kindern .....</b>	<b>205</b>
Notwendigkeit der Prävention .....	205
Präventive Interventionen zur Vorbeugung langfristiger traumabedingter Chronifizierung von Störungen .....	207
<b>Fallbespiele, Übungen und Praktiken für Eltern und Angehörige .....</b>	<b>209</b>
<b>Indirekt traumatisierte Kinder .....</b>	<b>210</b>
1. Einführung .....	210
2. Erscheinungsformen indirekt traumatisierter Kinder .....	212
3. Symptom als Systemstabilisator: Gruppenarbeit .....	214

## **Teil IV**

### **Sekundäre Traumatisierung der Helfer**

<b>Sekundäre Traumatisierung der Helfer .....</b>	<b>219</b>
<b>1. Streßreaktionen bei Beratern und Therapeuten .....</b>	<b>220</b>
1.1 Hilflosigkeit .....	221
1.2 Intrusive Vorstellungsbilder .....	221
1.3 Wut .....	222
1.4 Angst und Furcht .....	222
1.5 Burnout .....	224
1.6 Emotionale Belastung der Mitarbeiter .....	226
1.7 Kritik von außen .....	227

<b>2. Maßnahmen gegen Burnout .....</b>	228
2.1 Maßnahmen organisatorischer Art .....	228
Kontakt .....	231
Streßreaktionen überwachen .....	231
2.2. Persönliche Maßnahmen zur Reduktion von Burnouteffekten	231
Ausagieren von Konflikten .....	232
Geschmack und Essen .....	233
Arbeits- und Freizeitpläne .....	234
Persönliche Grenzen .....	235
Voreilige Zusagen .....	236
Rückkehr zur "Normalisierung" .....	238
2.3 Entspannung durch Awareness - eine Paradoxie? .....	240

## Teil V

### Psychologische Behandlung von Kriegstraumatisierten: Projekte in Bosnien

<b>Psychologische Behandlung von Kriegstraumatisierten: Projekte in Bosnien .....</b>	247
Studien zur Kriegstraumatisierung in Bosnien .....	248
Die Wirkung des Krieges auf die Kinder .....	249
Kriegstraumatisierung von Frauen .....	251
Training traumaspezifischer therapeutischer Fertigkeiten .....	255
Durchführung der Seminare .....	258
Einige Ergebnisse und Eindrücke .....	258
Seminarablauf .....	260
Auswirkungen auf die Teilnehmer .....	260

<b>Literaturempfehlungen .....</b>	263
------------------------------------	-----

<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	267
-----------------------------------	-----