

• Inhaltsverzeichnis •

Vorwort	1
----------------------	----------

Teil I

Traumapsychologie und Traumapsychotherapie	7
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

Grundsätzliche Erwägungen zu einer Theorie der psychologischen Heilung bei posttraumatischen Belastungsreaktionen	43
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

Selbstunterstützung, Kontakt und Dialog als Komponenten in der integrativen Behandlung Posttraumatischer Belastungsstörungen	59
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

Traumatisierungsfolge „Streß“ - Hilfen bei der Bewältigung	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

Somatisierungen psychischen Leidens:

Funktionelle psychosomatische Störungen	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

Chronische Nachwirkungen von Traumatisierungen	148
Mißbrauch von Drogen oder Alkohol	149
Zum Umgang mit Folter- und Gewaltopfern	153
Hilfe für Vergewaltigte und ihre Angehörigen	161
 Unspezifische Fertigkeiten in der psycho-sozialen	
Trauma-Rehabilitation	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

Training von Traumatherapeuten:	
Traumatisierte Kinder und ihre Familien	179
Beginn des Seminars	180
 Direkte Traumatisierung von Kindern -	
Hilfestellung für ihre Mütter	183
Einführung	183
 Akute Traumareaktionen bei Kindern	
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
Akute Bewältigung von Traumareaktionen bei Kindern	196
Notwendige Rahmenbedingungen in Familie, Umwelt und Kultur	197
Problemspezifisches Training und problemspezifische Therapie ..	199
Anleitung für Angehörige	203
Prävention ungünstiger Langzeitkonsequenzen bei	
kriegstraumatisierten Kindern	205
Notwendigkeit der Prävention	205
Präventive Interventionen zur Vorbeugung langfristiger	
traumabedingter Chronifizierung von Störungen	207
Fallbespiele, Übungen und Praktiken für	
Eltern und Angehörige	209
Indirekt traumatisierte Kinder	210
1. Einführung	210
2. Erscheinungsformen indirekt traumatisierter Kinder	212
3. Symptom als Systemstabilisator: Gruppenarbeit	214

Teil IV

Sekundäre Traumatisierung der Helfer

Sekundäre Traumatisierung der Helfer	219
1. Streßreaktionen bei Beratern und Therapeuten	220
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

2. Maßnahmen gegen Burnout	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

Psychologische Behandlung von Kriegstraumatisierten:	
Projekte in Bosnien	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

Literaturempfehlungen	263
------------------------------------	------------

Stichwortverzeichnis	267
-----------------------------------	------------