

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	9
<b>1 Einleitung</b>	15
Aktuelle Herausforderungen der Traumatherapie	
<b>2 Sieben Pioniere der ersten Traumaforscher-Generation nach Freud</b>	23
Viktor Frankl (1905–1997)	26
Bruno Bettelheim (1903–1990)	27
Ernst Federn (1914–2007)	27
William G. Niedland (1904–1993)	28
Judith Kestenberg (1910–1999)	28
Hans Keilson (1909–2011)	29
<b>3 Boris Cyrulnik – Psychoanalytiker und Pionier der Resilienzforschung</b>	35
Kurzes biografisches Porträt	35
<i>Am Leid wachsen</i> (2001) – sein erstes Resilienz-Buch	36
<i>Rette dich, das Leben ruft!</i> (2013) – eine Autobiografie	37
Resilienz- und Traumaforschung bis zum 85. Lebensjahr	39
<b>4 Vom Trauma zur Resilienz</b>	41
Die wesentlichen Resilienzfaktoren	42
Fördern Resilienzfaktoren die Traumabewältigung?	42
Resilienzfördernde Interventionen	43
Evaluationsstudien und Meta-Analysen	
zur Wirksamkeit der Resilienzförderung	45
Das Leibniz-Institut für Resilienzforschung in Mainz	47

<b>5</b>	<b>Resilienz in der Psychoanalyse und der Psychotherapie</b>	49
	Rezeption der Resilienzforschung in der Psychoanalyse	49
	Resilienz als integraler Beitrag von Psychotherapie-Verfahren	51
	Neue Aufgabenfelder für Psychotherapeuten	51
	Zusammenfassung	52
<b>6</b>	<b>Posttraumatisches Wachstum</b>	53
	Am Trauma wachsen – Wie Phönix aus der Asche	53
	Trauma und Persönlichkeitsentwicklung	55
	»Überlebenskünstler« – Posttraumatisches Wachstum bei Holocaust-Verfolgten	57
	Posttraumatic Growth und 9/11	63
	Posttraumatisches Wachstum im psychoanalytischen Behandlungsprozess	64
	Analyse der drei Fallbeispiele	79
<b>7</b>	<b>Transgenerationale Traumatransmission</b>	83
	»... bis ins dritte und vierte Glied«	84
	Weitergabe von Traumata an nachfolgende Generationen	84
	Transgenerationale Trauma-Weitergabe bei Holocaust- Verfolgten und Kriegsopfern	85
	Transgenerationale Trauma-Weitergabe bei Opfern politischer Verfolgung in der DDR	91
	Transgenerationale Weitergabe von Gewalt	94
	Aus Opfern werden Täter – Der circulus vitiosus von Gewaltspiralen	96
	Transgenerationale Weitergabe von Gewalt gegen die eigenen Kinder	97
	Transgenerationale Weitergabe von Gewalt gegen den Liebes- oder Ehepartner (Partnerschaftsgewalt, Intimizide)	104
	Suizid und Transgenerationale Traumatransmission – »Suizid-Familien« und Suizide in mehreren Generationen	108
	Suizide in der Familie von Thomas Mann – die Söhne Klaus und Michael Mann als Suizidopfer	108
	Die Suizidversuche von Tilly Wedekind und Suizide in ihrer Familie in mehreren Generationen	112
	»Frauenschicksale« – Suizidalität bei Mutter, Tochter und Enkelin – <i>Anatomie eines Suizids</i> von Alice Birch	113

---

»Männerschicksale« – Suizidalität in drei Männergenerationen einer Familie – Der Roman <i>Serpentinen</i> von Bov Bjerg	114
»Scheidungskinder lassen sich häufiger scheiden« – Transgenerationale Aspekte von Ehe-Scheidungen	116
Wie geschieht Traumatransmission? Was ist der »Transmissions-Riemen«?	118
<b>8 Trauma-Reaktivierung und Revictimisierung</b>	121
Trauma-Reaktivierung nach sexueller Traumatisierung	121
Reaktivierung von Kriegstraumata im höheren Lebensalter	125
Revictimisierung von Gewaltopfern	135
»Einmal Opfer – immer wieder Opfer« – die Wiederholung der Opfererfahrung als Revictimisierung	137
Revictimisierungen bei aufsehenserregenden Missbrauchs- skandalen mit mehreren schwerkriminellen Tätern – Kriminologische Herausforderungen	145
Gemeinsamkeiten der beschriebenen Revictimisierungsfälle	152
<b>9 Psychoanalyse, Trauma, Gene, Epigenetik und frühkindliche Prägung</b>	157
Was ist Epigenetik?	158
Epigenetische Wirkmechanismen	159
Risikoreiche Genvarianten	160
Löwenzahnkinder und Orchideenkinder – komplexe Interaktionen von Epigenetik und Umwelt	161
Wie Stress, Affekte und Emotionen die Gene verändern	162
»Wir können unsere Gene steuern!« (Isabelle Mansuy)	165
Chronischer Stress – verkürzte Telomere und reduzierte Lebenszeit	167
Pränataler Stress und Fetale Programmierung	168
Epigenetik während der Schwangerschaft – vorgeburtliche Resilienz?	170
Epigenetische Veränderungen durch Psychotherapie	171
Neue Anwendungsbereiche der Psychotherapie in der Geburtsmedizin	173
Erhebliche Präventionspotenziale	174

Interdisziplinäre Kooperationen für Psychotherapeuten in der prä- und postnatalen Entwicklungsphase	175
Fazit	176
<b>10 Die Neuro-Psychoanalyse</b>	177
Versuch einer Integration von Psychoanalyse und Neurowissenschaften	
Der Hirnforscher und Nobelpreisträger Eric Kandel als Impulsgeber	178
Die International Neuropsychoanalysis Society	179
Die Fachzeitschrift <i>Neuropsychoanalysis</i>	180
Die Neuro-Psychoanalyse in Deutschland	180
Die Hanse-Neuro-Psychoanalyse-Studie (HNPS)	181
Bedeutung der Neuro-Psychoanalyse für Trauma und Resilienz	183
<b>11 Bestätigung zentraler Theorien der Psychoanalyse durch Hirnforschung und Epigenetik</b>	187
Theorie 1: Das Unbewusste existiert, die meisten Hirnvorgänge sind unbewusst	188
Theorie 2: Die frühe Kindheit prägt wesentlich die weitere psychische Entwicklung	190
Theorie 3: Epigenetische Prozesse bestimmen die transgenerationale Weitergabe von Traumata, Angst und Gewalt	192
Fazit	193
<b>12 Ausblick</b>	195
<b>Literatur</b>	199