

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Dank..... | 13 |
| Vorwort (Michaela Huber)..... | 15 |
| Einleitung (U. Beckrath-Wilking)..... | 19 |
| A. Theoretische Grundlagen der Psychotraumatologie | 25 |
| 1. Geschichte der Psychotraumatologie (V. Dittmar) | 27 |
| 2. Traumadefinitionen und Typologie von Traumatisierungen (V. Dittmar) | 33 |
| 3. Risikofaktoren und posttraumatische Reifung (V. Dittmar)..... | 39 |
| 4. Spektrum akuter und chronischer posttraumatischer Störungsbilder (V. Dittmar) | 43 |
| 4.1 Posttraumatische Belastungsstörung (V. Dittmar) | 43 |
| 4.2 Akute Belastungsstörung (V. Dittmar)..... | 47 |
| 4.3 Komplexe posttraumatische Belastungsstörung (V. Dittmar) | 47 |
| 4.4 Entwicklungstraumastörung (V. Dittmar) | 50 |
| 4.5 Weitere posttraumatische Diagnosen (V. Dittmar)..... | 51 |
| 5. Epidemiologie und Komorbiditäten von Traumafolgeerkrankungen (V. Dittmar) | 53 |
| 5.1 Epidemiologie (V. Dittmar) | 56 |
| 5.2 Komorbiditäten (V. Dittmar) | 57 |
| 6. Neurobiologie von Traumafolgen und Traumaverarbeitung (U. Beckrath-Wilking) | 62 |
| 6.1 Die Bedeutung der neuronalen Plastizität und epigenetischer Phänomene (U. Beckrath-Wilking) | 63 |
| 6.2 Posttraumatische Störungen sind als Stressfolgekrankheiten zu verstehen (U. Beckrath-Wilking) | 64 |
| 6.3 Die Bedeutung verschiedener Gedächtnissysteme (U. Beckrath-Wilking).... | 65 |
| 6.4 Die Hierarchie von Verteidigungsreaktionen (U. Beckrath-Wilking)..... | 68 |
| 6.5 Was bedeutet das für Traumaberatung und -therapie? (U. Beckrath-Wilking) | 71 |
| 7. Diagnostik (U. Beckrath-Wilking) | 74 |
| 7.1 Trauma- und Ressourcenanamnese (U. Beckrath-Wilking)..... | 75 |
| 7.2 Diagnostik-Instrumente (U. Beckrath-Wilking) | 77 |
| 8. Dissoziation und dissoziative Störungen (U. Beckrath-Wilking) | 79 |
| 8.1 Definition und Symptome (U. Beckrath-Wilking)..... | 79 |

| | | |
|------|--|----|
| 8.2 | Diagnostik dissoziativer Störungen (U. Beckrath-Wilking) | 82 |
| 8.3 | Strukturelle Dissoziation der Persönlichkeit (U. Beckrath-Wilking) | 84 |
| 9. | Einführung zum Ego-State-Konzept (U. Beckrath-Wilking) | 90 |
| 10. | Einfluss von Bindungsfähigkeit und Bindungstraumata (M. Biberacher & U. Beckrath-Wilking) | 94 |
| 10.1 | Bindungstheorie nach John Bowlby (M. Biberacher) | 94 |
| 10.2 | Bindungsstile und Beziehungsverhalten (M. Biberacher) | 96 |
| 10.3 | Bindung und Hirnentwicklung (U. Beckrath-Wilking) | 98 |
| 10.4 | Traumatisierende Beziehungsmuster und deren gravierende Folgen (U. Beckrath-Wilking) | 99 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| B. | Traumaberatende, traumatherapeutische und traumapädagogische Interventionsmöglichkeiten in Theorie und Praxis | 105 |
| 1. | Traumatherapeutisches Phasenmodell (V. Dittmar) | 107 |
| 2. | Beratung und Begleitung nach Akuttraumata (R. Wolf-Schmid) | 111 |
| 2.1 | Soforthilfe bei Akuttraumatisierung (R. Wolf-Schmid) | 113 |
| 2.2 | Krisenintervention und Beratung nach Akuttraumatisierung (R. Wolf-Schmid) | 115 |
| 3. | Beratungs- und Behandlungsplanung (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher) | 122 |
| 3.1 | Beratungs- und Behandlungsplanung nach Monotrauma (R. Wolf-Schmid) | 123 |
| 3.2 | Beratungs- und Behandlungsplanung bei komplexen Traumafolgestörungen (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher) | 124 |
| 4. | Beziehungsaufbau und Beziehungsgestaltung in Traumaberatung und -therapie (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher) | 129 |
| 4.1 | Beziehungsgestaltung im beratenden Kontext (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher) | 131 |
| 4.2 | Auswirkungen von Beziehungstraumata und Bindungsstörungen im beratenden und pädagogischen Kontext (M. Biberacher) | 133 |
| 5. | Beobachtendes Reflektieren statt reflexhaftes Agieren (U. Beckrath-Wilking) | 137 |
| 5.1 | Die Bedeutung von Selbstreflexion und Mentalisierungsfähigkeit (U. Beckrath-Wilking) | 137 |
| 5.2 | Zum Verständnis fehlangepassten Verhaltens (U. Beckrath-Wilking) | 140 |
| 5.3. | Traumaspezifische Übertragungs- und Gegenübertragungsmuster (U. Beckrath-Wilking) | 144 |

| | | |
|---------|--|-----|
| 6. | Interventionen bei Krisen (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher)..... | 152 |
| 7. | Ressourcenorientierte Arbeit und Resilienz (U. Beckrath-Wilking) | 155 |
| 8. | Die Bedeutung der Psychoedukation (V. Dittmar)..... | 159 |
| 9. | Grundlagen ressourcenorientierter Gesprächsführung (V. Dittmar) | 162 |
| 10. | Die Stabilisierungsphase (U. Beckrath-Wilking)..... | 168 |
| 10.1 | Äußere Sicherheit – körperliche und soziale Stabilisierung (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher)..... | 169 |
| 10.2 | Sicherheit in der beratenden/therapeutischen Beziehung (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher)..... | 171 |
| 10.3 | Innere Sicherheit: Psychische Stabilisierung und Affektregulation (U. Beckrath-Wilking)..... | 174 |
| 10.3.1 | Verbesserung der Affektdifferenzierung und Emotionskontrolle (U. Beckrath-Wilking)..... | 175 |
| 10.3.2 | Selbstverletzendes Verhalten verstehen und verändern helfen (U. Beckrath-Wilking)..... | 175 |
| 10.3.3 | Allgemeine und spezifische Ressourcen aktivieren (U. Beckrath-Wilking)..... | 176 |
| 10.3.4 | Selbstfürsorge entdecken und stärken (U. Beckrath-Wilking) | 178 |
| 10.3.5 | Sich Schutz und Abgrenzung erlauben lernen (U. Beckrath-Wilking)..... | 179 |
| 10.3.6 | Körper- und Sinneswahrnehmung verfeinern (U. Beckrath-Wilking) | 179 |
| 10.3.7 | Entlastung von Schuld und Scham (U. Beckrath-Wilking)..... | 180 |
| 10.3.8 | Bedeutung des Übens (U. Beckrath-Wilking)..... | 180 |
| 10. 4 | Spezielle Stabilisierungstechniken (U. Beckrath-Wilking, V. Dittmar & R. Wolf-Schmid) | 181 |
| 10.4.1 | Imaginativ-hypnotherapeutische Techniken und Übungen (U. Beckrath-Wilking)..... | 181 |
| 10.4.2 | Screentechnik zum Ressourcenaufbau (V. Dittmar) | 192 |
| 10.4.3 | Kognitive Umstrukturierung (V. Dittmar) | 193 |
| 10.4.4 | DBT und Skills-Training in der Beratung (V. Dittmar) | 197 |
| 10.4.5 | Entspannungstechniken (U. Beckrath-Wilking) | 201 |
| 10.4.6 | Körperorientierte Übungen (U. Beckrath-Wilking) | 202 |
| 10.4.7 | Spezielle Interventionen bei Flashbacks (U. Beckrath-Wilking)..... | 208 |
| 10.4.8 | Spezielle Interventionen bei dissoziativen Zuständen (U. Beckrath-Wilking)..... | 209 |
| 10.4.9 | Interventionen bei selbstverletzendem Verhalten (U. Beckrath-Wilking)..... | 210 |
| 10.4.10 | Interventionen bei suizidalem Verhalten (R. Wolf-Schmid)..... | 211 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 11. | Arbeit mit dem Ego-State-Konzept: die Ego-State-Therapie (U. Beckrath-Wilking) | 214 |
| 11.1 | Arbeit mit Inneren Kindern/verletzten jüngeren Ich-Zuständen (U. Beckrath-Wilking) | 220 |
| 11.2 | Innere Verfolger, Innere Führer, Täterintrojekte und täteridentifizierte Persönlichkeitsanteile – Theorie und Praxis (U. Beckrath-Wilking) | 227 |
| 12. | Beratung und Begleitung bei speziellen Themen der Traumatisierung (R. Wolf-Schmid, V. Dittmar & M. Biberacher) | 238 |
| 12.1 | Trauma und Suizidalität (R. Wolf-Schmid) | 238 |
| 12.2 | Trauma und Trauer (R. Wolf-Schmid) | 241 |
| 12.3 | Trauma und Sucht (V. Dittmar) | 247 |
| 12.4 | Beratung in Zwangskontexten (M. Biberacher) | 251 |
| 12.5 | Geschlechtsspezifische Unterschiede (R. Wolf-Schmid) | 256 |
| 12.6 | Interkulturelle Besonderheiten in der Traumaberatung (R. Wolf-Schmid) | 258 |
| 13. | Transgenerationale Weitergabe traumatischer Erfahrungen und Folgen von Kriegstraumata und „Kriegskindheiten“ (U. Beckrath-Wilking) | 263 |
| 14. | Gemeinsamkeiten, Unterschiede und Grenzen der Traumaaarbeit in Psychotherapie, Beratung und pädagogischen Arbeitsfeldern (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher) | 267 |
| 15. | Institutionelle Voraussetzungen der Arbeit mit traumatisierten Klienten im Beratungskontext und in stationärer Traumatherapie (U. Beckrath-Wilking & M. Biberacher) | 272 |
| 16. | Traumaberatung in der stationären Traumatherapie (U. Beckrath-Wilking) | 275 |
| C. | Traumapädagogik (M. Biberacher) | 283 |
| 1. | Einführung in die Traumapädagogik | 285 |
| 1.1 | Geschichte, Theorie und Themenbereiche | 285 |
| 1.2 | Sozialpädagogik und Traumapädagogik | 286 |
| 1.3 | Psychotherapie versus Traumapädagogik | 287 |
| 1.4 | Institutionen, in denen Traumapädagogik angewendet werden kann | 288 |
| 1.5 | Schule als sicherer Ort zur Prävention und Integration | 288 |
| 2. | Was macht Traumapädagogik aus? | 290 |
| 2.1 | Traumapädagogische Grundhaltung | 290 |
| 2.2 | Traumapädagogische Ausbildung | 291 |
| 2.3 | Bindungsaspekte bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen | 292 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 2.4 | Übertragung – Gegenübertragung..... | 293 |
| 2.5 | Adoptions- und Pflegeeltern | 295 |
| 2.6 | Inobhutnahme..... | 295 |
| 3. | Themenbereiche der Traumapädagogik | 298 |
| 3.1 | Kommunikation und Angebote..... | 298 |
| 3.2 | Das therapeutische Milieu in der Traumapädagogik..... | 299 |
| 3.3 | Psychoedukation in der Traumapädagogik..... | 299 |
| 3.4 | Ziele der Traumapädagogik..... | 300 |
| 3.5 | Resilienzförderung in der Traumapädagogik | 301 |
| 3.6 | Zentrale Aspekte traumapädagogischer Interventionen | 303 |
| 3.6.1 | Rituale und Kreativität als heilsame Alltagserfahrungen | 304 |
| 3.6.2 | Umgang mit destruktiven Verhaltensweisen | 305 |
| 3.6.3 | Körper und Sexualität | 306 |
| D. | Traumasppezifische Behandlungsverfahren | 309 |
| 1. | Verhaltenstherapeutische Ansätze (V. Dittmar) | 311 |
| 2. | Die Dialektisch-Behaviorale Therapie traumatisierter Klienten (DBT-PTSD) (V. Dittmar) | 316 |
| 2.1 | Das Skills-Training (V. Dittmar)..... | 317 |
| 2.2 | DBT-PTSD (V. Dittmar) | 318 |
| 3. | Psychodynamische Ansätze: Die Psychodynamisch-Imaginative Traumatherapie (U. Beckrath-Wilking & V. Dittmar) | 321 |
| 3.1 | PITT (U. Beckrath-Wilking) | 321 |
| 3.2 | PITT-KID (V. Dittmar)..... | 325 |
| 4. | Körperorientierte Traumatherapie-Ansätze (R. Wolf-Schmid & U. Beckrath-Wilking)..... | 328 |
| 4.1 | Somatic Experiencing (nach Peter Levine) (R. Wolf-Schmid) | 328 |
| 4.2 | Sensumotorische Therapie (nach Pat Ogden) (U. Beckrath-Wilking) | 330 |
| 4.3 | Körperorientierte Traumaverarbeitung (nach Rudolf Müller-Schwefe) (U. Beckrath-Wilking) | 332 |
| 5. | Therapie komplexer dissoziativer Störungen (U. Beckrath-Wilking)..... | 334 |
| 6. | Prinzipien und Methoden der Traumaverarbeitung (U. Beckrath-Wilking) | 341 |
| 6.1 | Die Beobachertechnik (U. Beckrath-Wilking) | 346 |
| 6.2 | Die hypnotherapeutische Screen- oder Bildschirmtechnik (U. Beckrath-Wilking) | 347 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| 6.3 | EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) (U. Beckrath-Wilking) | 349 |
| E. | Nach der Traumabearbeitung: Trauer und Neuorientierung | 353 |
| 1. | Jenseits der Opferrolle, Trauern und Annahme des eigenen Schicksals (U. Beckrath-Wilking) | 355 |
| 2. | Wenn es nicht besser wird (M. Biberacher) | 360 |
| 3. | Trauma und Spiritualität (R. Wolf-Schmid & U. Beckrath-Wilking) | 362 |
| F. | Eigene Belastungen durch die Arbeit mit traumatisierten Klienten | 365 |
| 1. | Burnout und sekundäre Traumatisierung (U. Beckrath-Wilking)..... | 367 |
| 2. | Selbstfürsorge und Psychohygiene der Helfer (U. Beckrath-Wilking) | 374 |
| 3. | Supervision und Selbsterfahrung (U. Beckrath-Wilking) | 376 |
| G. | Juristische Aspekte in Traumaberatung und -therapie (M. Biberacher) ... | 379 |
| | Literatur | 385 |
| | Über die Autorinnen und den Autor | 398 |