

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 Stressfolgeerkrankungen 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.	Traumasppezifische 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.	Traumaspesifische 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