

Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Gegenstand des Buches	9
1. Grundlagen der Traumatherapie	11
1.1 Formen und Folgen psychischer Traumatisierung	11
1.1.1 Formen psychischer Traumatisierung	11
1.1.2 Folgen psychischer Traumatisierung	13
1.1.3 Verlauf der Verarbeitung	16
1.2 Formen der Trauma-Psychotherapie	19
1.2.1 Indikationen	19
1.2.2 Akuttherapie, Fokaltherapie, Trauma-Langzeitpsycho- therapie	20
1.3 Merkmale der Trauma-Psychotherapie	27
1.3.1 Kernkonstanten	27
1.3.2 Regeln und Prinzipien	29
1.3.3 Komplikationen, Risiken und Chancen	30
1.4 Die therapeutische Beziehung	34
1.4.1 Leitlinien des therapeutischen Verhaltens	35
1.4.2 Verhaltens-Sünden	37
1.4.3 Die traumatische Übertragung	38
1.4.4 Die traumatische Gegenübertragung	40
2. Die erste Phase der Behandlung: Stabilisierung	45
2.1 Sicherheit im Alltag	48
2.2 Sicherheit in der therapeutischen Beziehung	51
2.3 Sicherheit in sich selbst	54
2.3.1 Umgang mit Symptomen (Symptomkontrolle)	54
2.3.2 Affektive Störungen	58
2.3.3 Dissoziative Symptome	62
2.3.4 Störungen der Selbstwahrnehmung	64

2.3.5	Körperliches Wohlbefinden	66
2.3.6	Übergang zur Konfrontationsphase	67
2.4	Fallvignette.	69
3.	Die Mittelphase der Behandlung: Trauma-Konfrontation.	75
3.1	Bedeutung und Sinn	76
3.2	Grundlagen	78
3.2.1	Ziele	78
3.2.2	Voraussetzungen	78
3.2.3	Gefahren und Kontraindikationen	79
3.2.4	Leitlinien des therapeutischen Verhaltens.	80
3.3	Inhalte und Prozess	82
3.3.1	Exploration, Rekonstruktion, Exposition	82
3.3.2	Trauern um Geschehenes und um Verlorenes.	84
3.3.3	Die Bedeutung der Erfahrung im Lebenszusammenhang	86
3.4	Vorgehen	87
3.4.1	Vorbereitung	87
3.4.2	Durchführung	88
3.4.3	Nachbereitung und Nachsorge	91
3.4.4	Übergang zu Integration und Wiederanknüpfung	92
3.5	Fallvignette.	94
4.	Der Ausklang der Behandlung: Integration und Wiederanknüpfung	99
4.1	Integration	100
4.1.1	Kriterien der Verarbeitung.	100
4.1.2	Integration traumatischer Erinnerungen	101
4.1.3	Integration von Selbstanteilen.	101
4.2	Wiederanknüpfung	103
4.2.1	Ein neues Selbst	103
4.2.2	Neue Beziehungen	104
4.2.3	Neue Orientierungen.	105
4.3	Therapeutische Leitlinien	108
4.4	Fallvignette.	109

5. Dissoziation, Somatisierung, Affektregulation	115
5.1 Dissoziation	116
5.1.1 Dissoziative Symptome/Dissoziative Störungen	116
5.1.2 Behandlung	118
5.2 Trauma und Körper	120
5.2.1 Körpererinnerungen und Somatisierung	120
5.2.2 Der Einbezug des Körpers in die Behandlung	122
5.3 Affektregulation	124
5.3.1 Affektive Störungen	124
5.3.2 Behandlung	125
Danksagung	127
Literatur zum Thema	129
Die Autorin	131
Register	133