

Inhalt

Einleitung	7
I Das Zusammenwirken von Körper und Seele	11
Normale körperliche Reaktionen bei der Bewältigung von Erfahrungen	11
Auf einen Blick	21
II Der Einfluss von traumatischen Erfahrungen auf den ganzen Menschen	23
Körperliche Veränderungen	23
Das Traumagedächtnis	24
Psychische Veränderungen	25
III Die Bewältigung des Traumas	31
Die Integration von Erfahrungen	31
Der natürliche Verarbeitungsprozess	33
Diagnosekriterien	38
Risiko- und Schutzfaktoren	40
Bewältigungsbeginn	42
Bewältigung als Integration in die Lebensgeschichte	49
IV Die Bedeutung von Angehörigen und weiteren Helfergruppen	51
V Unterstützungsmöglichkeiten im Verlauf traumatisierender Erfahrungen	55
Die akute traumatische Situation: der Schock	55
Die akute Belastungssituation:	
langsamer Schockabbau	62
Die Anpassungsstörung	66
Die Entwicklung einer PTBS	70
Die komplexe Traumafolgestörung	74

VI Beratung und Psychotherapie	83
Krisenintervention oder Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV)	83
Fachberatung für Psychotraumatologie	84
Traumatherapie	85
Verkehrsunfall auf der Autobahn: ein Beispiel	89
Ausblick	103
Literatur	105