

# Inhalt

|   |    |
|---|----|
| Vorwort   | 11 |
| 1 Trauma: Bedeutung heute                                     | 15 |
| Traumata: Definitionen  | 16 |
| Traumafolgen (Posttraumatische Belastungsstörung)             | 17 |
| Entwicklungs Traumata   | 18 |
| 2 Entwicklungen in der Psychotraumatologie                    | 20 |
| Exposition oder Stabilisierung                                | 21 |
| Langzeitfolgen  | 22 |
| Epigenetik  | 24 |
| Unterschiedliche Entwicklungsverläufe<br>(Trajektorien)       | 25 |
| 3 Risikofaktoren, Resilienz und posttraumatisches<br>Wachstum | 28 |
| Resilienzfaktoren nach außerfamiliären Traumata               | 29 |
| Resiliente Faktoren bei innerfamiliären Traumata              | 30 |
| Posttraumatisches Wachstum                                    | 31 |
| 4 Trauma und Traumadynamik                                    | 33 |
| Neurobiologie   | 33 |
| Die Polyvagal-Theorie   | 34 |
| Der gute Grund  | 36 |
| Das Fenster der Toleranz                                      | 37 |

|   |   |     |
|---|---|-----|
| 5 | Klinische Diagnosen   | 40  |
|   | Akute Belastungsstörung   | 41  |
|   | Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)   | 41  |
|   | Komplexe posttraumatische Belastungsstörung   | 42  |
|   | Traumafolgestörungen bei Kindern  | 43  |
| 6 | Stabilisierung als Bestandteil von Trauma-Therapie<br>und Trauma-Beratung   | 45  |
| 7 | Praxis der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und<br>Eltern bei Traumasymptomatikern  | 49  |
|   | Wenige Tage danach: akutes Monotrauma (Überfall)  | 49  |
|   | Nach vier Monaten: Monotrauma in der Familie  | 56  |
|   | „Ich will mein Kind nicht mehr schlagen.“<br>Auswirkungen von Kindheitstraumata bei einer<br>Mutter und die Erarbeitung neuer Verhaltensmuster                            | 65  |
|   | „Papa soll wieder so werden wie früher.“<br>Auswirkungen von sequenziellen Traumata auf einen<br>Vater, sekundäre Traumatisierung in der Familie.<br>Beratung der Familie | 76  |
|   | Die einsteigende Aussteigerin: Entwicklungs-<br>traumatisierungen und Affektregulierung bei<br>einer Jugendlichen   | 87  |
|   | Der ängstliche Igel und die wütende Anna:<br>Trauma-Erzählgeschichten für Kinder  | 97  |
|   | Flüchtlinge: Bevor ein „post“ erreicht ist  | 106 |
|   | Kinder als Zeugen elterlicher Gewalt  | 119 |
|   | Elterncoaching in Familien, in denen die Eltern<br>misshandelt werden   | 142 |
|   | Vernachlässigungsfamilien   | 149 |
|   | Pferdegestützte Therapie mit Kindern und<br>Jugendlichen  | 158 |

|   |     |
|---|-----|
| 8 Berufsbedingte Belastungen in der Trauma-Arbeit | 167 |
| Mitgeföhlrschöpfung                               | 168 |
| Wege der „Infektion“                              | 170 |
| Selbstfürsorge und Psychohygiene                  | 171 |
| Literatur   | 176 |
| Anhang  | 184 |
| Buch-Empfehlungen                                 | 184 |
| Internetportale                                   | 185 |
| Danksagungen                                      | 186 |