

# Inhalt

<b>Geleitwort</b> .....	<b>10</b>
<b>Vorwort</b> .....	<b>12</b>
<b>Einleitung: Systemische Traumatherapie – Traumatherapie systemisch</b> .....	<b>17</b>
<b>Teil I: Systemische Traumatherapie – Theoretische Grundlagen und Methoden</b> .....	<b>21</b>
<b>1. Traumatherapie und Systemtherapie</b> .....	<b>22</b>
1.1 Zueinander von Traumatherapie und Systemtherapie .....	24
1.2 Anmerkungen zu unserem Verständnis von systemischer Therapie .....	23
1.3 Individuumszentrierte und systemorientierte Traumakategorien .....	25
1.3.1 <i>Wie werden Traumata unterschieden?</i> .....	25
1.3.2 <i>Unterscheidungsmerkmale aus systemischer Sicht</i> .....	27
<b>2. Grundlagen der Traumatherapie</b> .....	<b>32</b>
2.1 Schlaglichter aus der Geschichte der Traumatherapie . . . .	32
2.2 Krankheitsbilder und Verbreitung .....	33
2.2.1 <i>Definitionen und Kennzeichen von Traumatisierungen</i> . . . .	33
2.2.2 <i>Was geschieht in der traumatischen Situation und ersten Verarbeitung?</i> .....	34
2.2.3 <i>Wann sind Traumafolgen zu erwarten?</i> .....	36
2.2.4 <i>Die sogenannten Traumafolgestörungen</i> .....	37
2.2.5 <i>Comorbide Traumafolgestörungen</i> .....	39
2.2.6 <i>Dissoziation</i> .....	40
2.3 Vom Erstkontakt zur Stabilisierung .....	43
2.3.1 <i>Beziehungsaufbau und Anamnese</i> .....	46
2.3.2 <i>Diagnostik</i> .....	47
2.3.3 <i>Psychoedukation</i> .....	48
2.3.4 <i>Stabilisierung</i> .....	49
2.3.5 <i>Der Ego-State-Ansatz</i> .....	54
2.3.6 <i>Der innere Beobachter</i> .....	65

2.3.7	Arbeit mit dem inneren Kind	66
2.4	Von der Traumabegegnung zur Traumasynthese	71
2.4.1	Verfahren zur Traumabegegnung	72
2.4.2	EMDR	73
2.4.3	Die Beobachertechnik	76
2.4.4	Die Bildschirmtechnik	77
2.5	Von der Trauma- zur Trauerintegration	81
2.6	Die strukturelle Dissoziation als Metatheorie der Traumatherapie	84
2.6.1	Der Ansatz der strukturellen Dissoziation	84
2.6.2	Psychobiologische Erklärungsmuster	85
2.6.3	Die Handlungssysteme	89
2.6.4	Die Unterteilung der strukturellen Dissoziation	91
2.6.5	EPs – Emotionale Persönlichkeitsanteile	94
2.6.6	ANPs – Anscheinend Normale Persönlichkeitsanteile	96
2.6.7	Die integrative Kapazität	98
2.6.8	Implikationen für die Therapie	99
<b>3.</b>	<b>Konzeptionelle Überlegungen für eine systemische Traumatherapie</b>	<b>105</b>
3.1	Systembezogenheit	105
3.2	Das innere System	108
3.3	Kybernetik 2. Ordnung, Beobachterposition und Wirklichkeitskonstruktion	113
3.4	Kontextbezogenheit	118
3.5	Die therapeutische Beziehung	121
3.6	Ressourcenorientierung, Salutogenese, Resilienz und <i>Posttraumatic Growth</i>	126
3.6.1	Ressourcenorientierung	126
3.6.2	Salutogenese	134
3.6.3	Resilienz	136
3.6.4	<i>Posttraumatic Growth</i>	138
3.7	Körper und Bewegung im therapeutischen Prozess	139
3.8	Lösungs-, Zukunfts- und Alltagsorientierung	142
3.9	Auftragsklärung und Zielorientierung	146
3.10	Musterorientierung	149
3.11	Respektlosigkeit und Humor	153
<b>4.</b>	<b>Methodische Ideen für eine systemische Traumatherapie</b>	<b>157</b>
4.1	Skulpturarbeit	157

4.2	Familienbrett und Systembrett . . . . .	161
4.3	Äußeres und inneres Reflektierendes Team (RT) . . . . .	162
4.4	Genogrammarbeit . . . . .	165
4.5	Beziehungslandkarte. . . . .	167
4.6	Ressourcenorientierte Techniken . . . . .	171
4.7	Körperarbeit . . . . .	175
4.8	Fragetechniken . . . . .	183
4.9	Wunderfrage mit dem BASK-Modell . . . . .	187
4.10	Skalierungen . . . . .	192
4.11	Aufgaben zwischen den Sitzungen . . . . .	196
4.12	Memory Lane, Zeitlinienarbeit . . . . .	200
4.13	Externalisierung . . . . .	204
4.14	Unsere Wohnung – unser Haus . . . . .	210

## Teil II: Systemische Traumatherapie mit Kindern, Jugendlichen und ihren Familien . . . . . 215

<b>5.</b>	<b>Trauma und Entwicklung im Kindes- und Jugendalter . . . . .</b>	<b>216</b>
5.1.	Entwicklung aus Sicht der Bindungstheorie . . . . .	216
5.2	Entwicklung aus Sicht der Neurobiologie . . . . .	220
5.3	Entwicklung aus Sicht der Psychotraumatologie . . . . .	224
5.4	Traumasympptome kindlicher Entwicklungsstufen . . . . .	229
5.5	Entwicklung in traumatisierten Systemen . . . . .	234
5.6	Co-Evolution in traumatisierten Systemen . . . . .	241
<b>6.</b>	<b>Diagnostik mit traumatisierten Systemen . . . . .</b>	<b>244</b>
6.1	Grundlagen diagnostisch-therapeutischer Arbeitsypothesen . . . . .	244
6.1.1	Anamnese . . . . .	244
6.1.2	Implikationen einer Traumaperspektive . . . . .	247
6.1.3	Diagnostische Hypothesen und Konstrukte . . . . .	248
6.1.4	Traumaassoziierte Diagnosen . . . . .	249
6.2	Individuelle Diagnostik mit Kindern und Jugendlichen . .	251
6.2.1	Basisorientierte individuelle Diagnostik . . . . .	251
6.2.2	Ressourcenorientierte individuelle Diagnostik. . . . .	252
6.2.3	Traumaorientierte individuelle Diagnostik . . . . .	255
6.3	Systemdiagnostik mit der Familie . . . . .	259
6.3.1	Basisorientierte Systemdiagnostik . . . . .	259
6.3.2	Ressourcenorientierte Systemdiagnostik . . . . .	260
6.3.3	Traumaorientierte Systemdiagnostik: Das 5-Achsen-Modell . .	262

6.4	EMIL: Ein Evaluationsmodell für Interventionen und Lösungen . . . . .	266
6.4.1	Traumaauslöser – Das adaptierte Genogramm . . . . .	268
6.4.2	Traumakontext – Die sozialen Kontextkoordinaten . . . . .	270
6.4.3	Traumadosis – Das Ressourcen- und Traumadiagramm . . . . .	273
6.4.4	Traumafokus – Die systemische Traumalandkarte . . . . .	274
6.4.5	Traumabeziehungen – Das familiäre Beziehungsnetz . . . . .	275
6.4.6	Interventionen mit TRIAS . . . . .	276
6.4.7	Krisenintervention mit BREAK . . . . .	278
6.4.8	Traumarealisierung im System – Das 4-Stufen-Modell . . . . .	279
6.4.9	Soziale Bezugsarbeit – Die außerfamiliären Bezugskreise . . .	282
6.4.10	Professionelle Netzwerkarbeit – Die Netzwerkkarte . . . . .	283
<b>7.</b>	<b>Therapie mit traumatisierten Systemen . . . . .</b>	<b>287</b>
7.1	Grundgedanken . . . . .	287
7.1.1	Therapeutisches Ziel der Affektregulation . . . . .	287
7.1.2	Zielklärung, Zeitplanung und Zugänge zum System . . . . .	289
7.2	Systemtherapeutische Zugänge über die 5 Traumaachsen . . . . .	294
7.2.1	Systemtherapeutischer Zugang über Traumaauslöser (Achse I) . . . . .	295
7.2.2	Systemtherapeutischer Zugang über Traumakontext (Achse II) . . . . .	298
7.2.3	Systemtherapeutischer Zugang über Traumadosis (Achse III) . . . . .	301
7.2.4	Systemtherapeutischer Zugang über Traumafokus (Achse IV) . . . . .	304
7.2.5	Systemtherapeutischer Zugang über Traumabeziehungen (Achse V) . . . . .	307
7.3	Therapiephasen . . . . .	311
7.3.1	Orientierung im System . . . . .	312
7.3.2	Stabilisierung im System . . . . .	313
7.3.3	Traumabegegnung im System . . . . .	316
7.3.4	Traumaintegration im System . . . . .	318
<b>8.</b>	<b>Interventionen mit traumatisierten Systemen . . . . .</b>	<b>321</b>
8.1	Interventionen <i>innerhalb</i> von Therapie . . . . .	321
8.1.1	Psychoedukative Elemente . . . . .	321
8.1.2	Kindzentrierte Techniken . . . . .	327

8.1.3 Familienzentrierte Techniken .....	337
8.1.4 Gruppentherapie zur Entwicklungs- und Kompetenzförderung .....	344
8.1.5 Elternarbeit mit Trauma- und Ressourcenfokus .....	347
8.1.6 Systeminterventionen bei Krisen .....	349
8.1.7 Systeminterventionen bei Verlusttrauma .....	351
8.1.8 Systeminterventionen bei Akuttrauma .....	353
8.1.9 Pharmakotherapie .....	355
8.2 Interventionen außerhalb von Therapie .....	356
8.2.1 Entwicklungsförderung .....	356
8.2.2 Netzwerkarbeit .....	357
8.2.3 Kinder- und Jugendhilfegesetz .....	358
8.2.4 Jugendhilfemaßnahmen .....	359
<b>Verzeichnis der Abkürzungen .....</b>	<b>362</b>
<b>Anhang 1–5 .....</b>	<b>364</b>
<b>Literatur .....</b>	<b>375</b>
<b>Index .....</b>	<b>398</b>
<b>Über die Autoren .....</b>	<b>403</b>