

Roland Kachler

# Traumatische Verluste

Hypnosystemische  
Beratung und Therapie  
von traumatisierten  
Trauernden  
Ein Leitfaden für die Praxis

2021

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>9</b>
<b>1 Was sind traumatische Verluste?</b> .....	<b>11</b>
1.1 Eine andere Traumapsychologie und eine andere Trauerpsychologie .....	12
1.2 Kennzeichen traumatisierender Verluste .....	14
1.3 Traumatisierende Kontexte von Verlusten .....	18
1.4 Traumatisierende Verluste als schreckliche Überwältigungs- und Vernichtungserfahrung .....	21
1.5 Interventionen: Das Erstgespräch und die Verlustdiagnostik .....	24
<b>2 Was bewirkt ein traumatischer Verlust akut? – Peritraumatische Verlusttrauma-Reaktionen</b> .....	<b>32</b>
2.1 Die akuten Traumareaktionen als neurobiologische Reaktion des Organismus .....	32
2.2 Dissoziative und andere peritraumatische Reaktionen bei einem traumatisierenden Verlust .....	35
2.3 Das Verlusttrauma als prolongiertes Monotrauma .....	38
2.4 Das Verlusttrauma als komplexes Man-involved-Trauma .....	40
2.5 Interventionen: Die Diagnostik der akuten Traumareaktionen .....	42
<b>3 Das bipersonale Verlusttrauma – Das Trauma des Verstorbenen und das Trauma der Hinterbliebenen</b> .....	<b>44</b>
3.1 Das Verlusttrauma als bipersonales Trauma .....	45
3.2 Das Trauma des Verstorbenen – Das Zentrum des Verlusttraumas .....	47
3.3 Empathie, Identifikation und Internalisierung – Wie das Trauma des Verstorbenen zu den Hinterbliebenen kommt .....	49
3.4 Die Traumatisierung der Beziehung zum Verstorbenen .....	52
3.5 Grundsätze der bipersonalen Verlusttrauma-Therapie .....	56

3.6	Interventionen: Die Vertragsarbeit bei einem Verlusttrauma – Fünf Einladungshorizonte .....	58
<b>4</b>	<b>Was ein Verlusttrauma langfristig bewirken kann – Die Komplizierte Trauma-Trauer-Folge-Störung (KTTS) .....</b>	<b>63</b>
4.1	Der gelingende Trauer- und Beziehungsprozess – Das hypnosystemische Trauer- und Beziehungsmodell .....	64
4.2	Normale posttraumatische Reaktionen nach einem Verlusttrauma .....	68
4.3	Die Trauma-Verlust-Reaktion – Wie sich Trauma und Verlustschmerz gegenseitig beeinflussen .....	71
4.4	Zeitliche Verläufe der Trauma-Trauer-Reaktion .....	76
4.5	Die Entstehung einer KTTS .....	79
4.6	Kennzeichen einer KTTS .....	80
4.7	Interventionen: Diagnostik der posttraumatischen Verlustreaktionen und der KTTS .....	82
<b>5</b>	<b>Die beziehungsorientierte Stabilisierungsarbeit und die stabilisierende Beziehungsarbeit bei einem Verlusttrauma .....</b>	<b>86</b>
5.1	Die beziehungsorientierte Stabilisierungsarbeit .....	86
5.2	Die stabilisierende Beziehungsarbeit .....	92
5.3	Die Arbeit mit dem Nicht-mehr-leben-Wollen und dem Wunsch des Nachsterbens .....	96
5.4	Interventionen: Der Umgang mit Dissoziationen und Retraumatisierung .....	98
<b>6</b>	<b>Verlusttrauma-Therapie für den Ego-State des Verstorbenen .....</b>	<b>100</b>
6.1	Grundlagen der bipersonalen Verlusttrauma-Therapie als Trauma-Transformation .....	101
6.2	Traumatherapie für den Ego-State des Verstorbenen im und durch das Gespräch .....	104
6.3	Imaginative Traumatherapie für den Ego-State des Verstorbenen .....	108
6.4	EMDR für das Trauma des Ego-State des Verstorbenen .....	112
6.5	Herausforderungen und Schwierigkeiten bei der Traumatherapie für den Ego-State des Verstorbenen .....	114

<b>7</b>	<b>Verlusttrauma-Therapie für die Ego-States der Hinterbliebenen</b> .....	<b>117</b>
7.1	Vorbereitung der Verlusttrauma-Therapie für die Ego-States der Hinterbliebenen .....	118
7.2	Nachholende Traumatherapie der Hinterbliebenen als Trauma-Transformation .....	120
7.3	Traumatherapie für die Hinterbliebenen in Situationen mit dem verstorbenen nahen Menschen .....	124
7.4	Verlusttrauma-Therapie bei einer miterlebten traumatisierenden Verlustsituation mit eigener Lebensbedrohung durch Tötungsandrohung .....	125
7.5	Traumatherapie für die Hinterbliebenen in traumatisierenden Situationen ohne den Verstorbenen .....	127
7.6	Herausforderungen und Schwierigkeiten bei der Traumatherapie für die Hinterbliebenen .....	128
<b>8</b>	<b>Beziehungsarbeit bei einem Verlusttrauma – Die Therapie der traumatisierten inneren Beziehung</b> .....	<b>130</b>
8.1	Der Zugang zu einer dissoziativ blockierten inneren Beziehung .....	132
8.2	Vorbereitungen für die Arbeit an der traumatisierten inneren Beziehung .....	133
8.3	Lösung von bisher Ungeklärtem und Ungelöstem – Klärungs- und Konfliktlösearbeit .....	135
8.4	Lösung der blockierenden Bindung durch Überlebensschuld und Schuldgefühle .....	138
8.5	Lösende Arbeit bei Zorn und Wut auf den Verstorbenen .....	141
8.6	Arbeit an der Traumatisierung der inneren Beziehung nach einem Suizid .....	142
8.7	Schwierigkeiten bei der Therapie der traumatisierten Beziehung .....	145
<b>9</b>	<b>Realisierungsarbeit bei einem Verlusttrauma</b> .....	<b>148</b>
9.1	Realisierungsarbeit als Realisierung der dissoziierten und vermiedenen Aspekte des Verlusttraumas .....	149
9.2	Weitere Realisierungsarbeit und die Arbeit mit Verlustschmerz und Trauer .....	155
9.3	Herausforderungen und Schwierigkeiten bei der Realisierungsarbeit .....	157

<b>10 Verlusttrauma-Psychotherapie der Folgestörungen eines Verlusttraumas</b> .....	<b>164</b>
10.1 Psychische Folgestörungen eines Verlusttraumas und der KTTS .....	165
10.2 Vertragsarbeit und Psychoedukation bei einer KTTS und bei Folgestörungen .....	168
10.3 Grundlegende Prozessschritte in der Transformation der Folgestörungen .....	170
10.4 Somatisierung des Verlusttraumas und psychosomatische Störungen – Das Verlusttrauma aus dem Körper lösen .....	174
10.5 Depression als Lebensverzicht – Die Depression aus dem Stillstand lösen .....	184
<b>11 Vom bipersonalen Verlusttrauma in ein wieder glückendes Leben</b> .....	<b>190</b>
11.1 Die traumatisierte Beziehung zum Leben und die Vermeidung des Lebens .....	190
11.2 Das bipersonale Verlusttrauma – Integration in die eigene Biografie .....	196
11.3 Die innere Beziehung zum Verstorbenen – Verbunden und gelassen ins weitergehende Leben integriert .....	199
11.4 Die bleibende Abwesenheit des Verstorbenen – Immer wieder trauriger Teil des weitergehenden Lebens .....	203
11.5 Wiederaneignung des Lebens – Zurück in ein wieder glückendes und neu sinnerfülltes Leben .....	205
<b>Literatur</b> .....	<b>208</b>
<b>Über den Autor</b> .....	<b>212</b>