

Inhalt

Danksagung	7
Einführung	9
Die Geschichte der Traumaforschung	17
Die Ursachen von Traumata	35
Die geglückte Traumaverarbeitung	45
Die grundlegenden Bedürfnisse von Kindern	49
Neuropathologie und Trauma von Volkmar Suhr	55
<i>Das Nervensystem reagiert</i>	58
<i>Die Überhitzung des Systems</i>	60
<i>Wie uns die Hormone Achterbahn fahren lassen</i>	63
<i>Das Gefühl der Sprachlosigkeit</i>	66
<i>Das Gedächtnis</i>	67
<i>Zusammenfassung</i>	69
Traumatisierung in der Kindheit	71
<i>Die neurophysiologischen Wirkungen des Traumas</i>	71
<i>Vernachlässigung</i>	73
<i>Seelische Misshandlung</i>	76
<i>Körperliche Misshandlung</i>	80
<i>Sexueller Missbrauch</i>	82
Wenn die Seele verletzt ist – die Reaktion der Psyche	86
<i>Die unbestechliche Logik der Psyche</i>	88
<i>Der Vorteil von Kontrolle und Sorgen</i>	89
<i>Lösungsstrategien bei Kindheitstrauma</i>	91

<i>Die körperlichen Reaktionen – Trigger</i>	95
<i>„Trojanische Pferde“ – Virusprogramme in der Seele</i>	98
<i>Das unbewusste Inszenieren</i>	102
Symptome aufgrund einer Traumatisierung	106
<i>Dissoziation</i>	107
<i>Selbstschädigendes Verhalten</i>	109
<i>Somatisierung</i>	111
<i>Angststörungen</i>	114
<i>Depression</i>	116
<i>Zwangserkrankungen</i>	118
<i>Das Borderline-Syndrom</i>	120
<i>Die Posttraumatische Belastungsstörung</i>	124
Trauma und Sucht	127
Psychotische Erkrankungen und Psychopharmaka	132
Die Auswirkung von Trauma auf Beziehungen	139
<i>Auswirkungen auf die Eltern-Kind-Beziehung</i>	140
<i>Auswirkungen auf die Paarbeziehung</i>	147
Die Wiederholung der traumatischen Erfahrung	155
Trauma und Gesellschaft	158
Literaturverzeichnis	167