



**Trauma.
Folgen erkennen, überwinden und an
ihnen wachsen.
Ein Übungsbuch für Körper und Seele**

**Reddemann Luise & Dehner-Rau
Cornelia**

Trias, Stuttgart
2008³

ISBN 978-3-8304-3423-8

Frau Prof. Dr. Luise Reddemann ist Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin sowie Psychoanalytikerin und leitete bis 2003 die Klinik für Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatische Medizin am Evangelischen Johannes-Krankenhaus in Bielefeld. Sie hat die Psychodynamisch Imaginative Trauma Therapie PITT entwickelt, ein von der Psychoanalyse abgeleitetes Verfahren zur Traumatherapie, und gilt als eine der profiliertesten Spezialistinnen für die Behandlung von Traumfolgestörungen in Deutschland. Frau Dr. Cornelia Dehner-Rau arbeitet als Ärztin und Psychotherapeutin nun an der Klinik für Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin am Evangelischen Johannes-Krankenhaus in Bielefeld.

Die sechs Kapitel des Buches vermitteln ein Basiswissen über psychische Traumatisierungen, über Reaktionen und Folgestörungen, die allgemein gehalten sind und sich am gängigen Wissensstand orientieren. Diesem Überblick schließen sich Anweisungen über Traumatherapie, die Selbsthilfe sowie über das Leben danach an.

Gegenüber ähnlichen Veröffentlichungen werden besondere Schwerpunkte gelegt auf Ressourcenaktivierung und imaginative Übungen, wobei viele Beispiele konkret angeführt werden. Hilfe wird als Anleitung auf den Weg zurück zum Leben gesehen, wobei ein gutes Gefühl und Trost wichtige Schritte einnehmen. Erklärungen zum Verstehen von Traumatisierungen, was denn diese nun sind und wie sie entstehen, sowie Hilfe zur Auseinandersetzung mit der Traumatisierung, zwei zutiefst psychoanalytische Aufgaben, treten dagegen deutlich in den Hintergrund.

Inhalt und Aufbau des Buches sind ansprechend geschrieben und gestaltet. Wer sich Hilfe sucht nach erfolgter Traumatisierung von sich oder Angehörigen, kann in dem Übungsbuch ein Vielzahl von Antworten, konkreten Möglichkeiten und Ratschlägen finden. Die Sprache ist einfach und leicht verständlich. Die wiederholte Auflage spricht für Erfolg.

Das Buch beschreibt Traumatisierungen und Traumafolgestörungen aber hauptsächlich aus der Sicht der Autorinnen und ihrem Behandlungskonzept, das genau genommen neu konzipiert ist und mit der Psychoanalyse oder psychodynamischen Modellen wenig zu tun hat. Andere psychotherapeutische Behandlungsansätze, auch verhaltenstherapeutische werden allenfalls gestreift, wobei es doch wichtig wäre, etwa die Traumakonfrontation und deren Ablauf genauer zu veranschaulichen. So ergibt sich ein insgesamt zu kurz geratenes Bild über die Behandlung von psychischen Traumatisierungen.

Komorbide Störungen wie Ängste, Phobien oder Dissoziationen, also weitere mögliche psychische Störungen, die häufiger zusammen mit psychischen Traumen auftreten, werden zu sehr als Teil von Traumafolgestörungen gezeichnet, nicht als eigenständige Krankheiten, die oft genug auch ohne erlebte Traumen auftreten können. So werden sich möglicherweise viele Leser von den berichteten Symptomen angesprochen fühlen können und an eine eigene Traumatisierung denken, ohne selber notwendigerweise ein Trauma tatsächlich erlebt zu haben.

Die Hervorhebung des eigenen Ansatzes erscheint durchgängig als einzig mögliche Behandlungsform von Traumafolgestörungen. Daß andere Psychotherapeuten bei manchen traumatisierten Personen ein anderes Vorgehen für sinnvoll halten können, wird gar nicht erwähnt, unter bestimmten Umständen manchmal sogar rundweg davon abgeraten.

Die Sprache zielt deutlich auf den Leser ab und trifft Aussagen über ihn. Das wirkt manipulativ und suggestiv und weist auf die Gefahr hin, daß auch Therapeuten bei verletzten Personen eindringend werden können, zu wenig auf Grenzen und Eigenständigkeit achten. Es wird wohl schwierig sein, so einfach über eine Vielzahl von Lesern Aussagen treffen zu können, die befolgt werden müssen.

Das Buch ist wertvoll für Interessierte, Betroffene und Angehörige, die sich einen ersten Überblick über die psychische Traumatisierung und Behandlungsmöglichkeiten verschaffen wollen.

Weiterführende Links:

www.trias-gesundheit.de

www.luise-reddemann.info

www.evkb.de