

Horst Kraemer

Das Trauma der Gewalt

Wie Gewalt entsteht
und sich auswirkt

Psychotraumata
und ihre Behandlung

Kösel

Inhalt

Überblick und Einführung	9
Gewaltdefinitionen	15
<i>Meine Definition</i>	17

Teil I: Wie Gewalt wirkt **21**

Das Psychotrauma

Psychotrauma durch Naturgewalt	22
Die Fragmentierung als Folge der Traumatisierung ..	27
Schuldgefühle als Folge des Psychotraumas	30
Psychotrauma durch menschliche Gewalt	36
Die Phasen der Traumatisierung	42
Das posttraumatische Belastungssyndrom (PTB-Syndrom)	45
»Alltagstrauma« Schule	48
Traumata im Kindesalter	50
Traumatisierung des »Betroffenen der nächsten Nähe«	57
Traumadifferenzierung	60
<i>Vortrauma</i>	60
<i>Haupttrauma</i>	62
<i>Second-Trauma</i>	64
<i>Folgetrauma</i>	66
<i>Kumulative Traumata</i>	67

Teil II: Wie Gewalt entsteht

71

Wut, Aggression, Gewalt – Theoretische Hintergründe

Fressen und gefressen werden	72
<i>Destruktivität und Kreativität</i>	73
<i>Unmittelbare Gewalt</i>	74
Der tiefenpsychologische Boden – der Untergrund ...	76
<i>Unterdrückung und Verdrängung von Gefühlen</i>	76
<i>Freund-Feind-Check</i>	77
<i>Pathologisierung von Aggression</i>	79
<i>Wut ist noch keine Gewalt</i>	80
<i>Aggression als Lebensenergie</i>	81
<i>Gewalt ist etwas anderes als Aggression</i>	93
Die beziehungstheoretische Säule	95
<i>Die Abhängigkeit des Menschen von Beziehungen</i>	95
<i>Grundängste</i>	103
<i>Täterhaltung und Opferhaltung</i>	109
<i>Gewaltfördernde Erziehungs- und Beziehungsmuster</i>	109
<i>Beziehungsfähigkeit</i>	114
<i>Beziehungsstörungen</i>	116
X Die kommunikationstheoretische Säule	120
<i>Das Kommunikationsmodell Virginia Satirs</i>	120
<i>Die fünf Kommunikationsmuster</i>	127
<i>Gewalterzeugende Kommunikationsmuster</i>	138
<i>Der Täter – oder wenn Gewalt extrem wird</i>	144
<i>Richter über Leben und Tod</i>	145
<i>Kommunikationstypen – Tätertypen</i>	146
<i>Gewalt durch Doppelbotschaften</i>	149
<i>Kongruente Kommunikation</i>	155
Die territorialtheoretische Säule	157
<i>Nähe und Distanz</i>	157

Die Psychotrauma-Säule	176
<i>Psychotraumata als Ursache destruktiver Handlungen und neuer Gewalt</i>	179
<i>Gewalt in Systemen</i>	183

Teil III: Die Heilung von Gewalt **189**

Drei Zugangswege zur Heilung

Heilung beginnt beim Individuum	191
Das Selbststeuerungskonzept – Prophylaxe für den einzelnen Betroffenen	193
<i>Frühwarnsystem und innere Sicherheit</i>	194
<i>Ausweitung auf soziale Situationen</i>	211
Coaching nach Gewaltakten – die akute Krisenintervention	216
<i>Eins und eins gibt drei</i>	216
<i>Das Coaching von Konfliktparteien – 8 Schritte</i>	216
Die Verarbeitung des Psychotraumas zur Verhinderung weiterer Gewalt	222
<i>Beispiel Kurt</i>	223
<i>Beispiel Monika</i>	243
<i>Beispiel »Handballermord«</i>	257
Techniken der Traumaauflösung – eine Übersicht	268
<i>Soforthilfe</i>	268
<i>Spätere Hilfe und Arbeit mit chronischen Traumata</i>	269

Teil IV: Das Drama um das Trauma **271**

Negative Erscheinungen im Zusammenhang mit Traumaarbeit	272
<i>Debriefing</i>	273
<i>Justiz und Trauma</i>	277
<i>Stärkung der Täter – Schwächung der Opfer</i>	283
Erstkontakt mit Traumaopfern – ein Leitfaden nicht nur für Coachs	285
<i>Der Umgang mit traumatisierten Menschen</i>	291
Nachtrag: Der Amoklauf von Erfurt	293
Dank	296
Literatur	297