



Erschienen am 23.10.2020
352 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0
ISBN: 978-3-7495-0139-7

Michaela Huber

Trauma und die Folgen

Trauma und Traumabehandlung, Teil 1

Welche Auswirkungen hat traumatischer Stress?

Was ist das eigentlich, ein Trauma? Und wer ist betroffen?

Inzwischen gehen Forscher*innen davon aus, dass wir so gut wie alle mindestens einmal im Leben einer Situation ausgesetzt sind, die uns innerlich kollabieren lässt. Die meisten Menschen schaffen es, das Ereignis einigermaßen gut zu verarbeiten, auch wenn manches viele Jahre braucht. Aber was ist, wenn das Ereignis tiefere Wunden hinterlässt, etwa weil es sich (mehrfach) wiederholt? Wie lange können wir aus- und durchhalten, ohne langfristige schwere Folgen davonzutragen?

Dieses Buch beschäftigt sich mit „toxischem“, also giftigem, traumatischen Stress und seinen Folgen.

- Wer und was verursacht diesen Stress?
- Welche Konsequenzen hat er?
- Wie wirkt er sich auf eine kindliche Entwicklung aus?
- Inwiefern verhindert er die Herausbildung eines zusammenhängenden Ichs?

In der überarbeiteten und aktualisierten Auflage ihres Klassikers geht Michaela Huber auf die aktuellen Entwicklungen der Psychotraumatologie ein.

Autorenprofil

Michaela Huber

Michaela Huber ist psychologische Psychotherapeutin, Supervisorin und Ausbilderin in Traumabehandlung. Sie ist seit deren Gründung 1. Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Trauma und Dissoziation (DGTD).