



Erschienen am 19.10.2020  
352 Seiten,  
Format: x  
ISBN: 978-3-7495-0140-3

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. Für ihre Arbeit erhielt sie zahlreiche Auszeichnungen, u.a.: das Bundesverdienstkreuz, den "Mental Health Award" für ihre therapeutische Lebensleistung, den „Global Pharma Award“ für das beste psychologische Ausbildungs- und Trainingsprogramm in Europa und den "Women World Award", der an Frauen aus Wissenschaft, Forschung und Lehre verliehen wird.

## Pressestimmen