Vorwort

Den Anfang eines Buches, dessen Anliegen es ist, 99 Fragen rund um das Thema »Trauma« zu beantworten, mit einer Triggerwarnung zu versehen, ist wahrscheinlich unnötig – dennoch möchten wir sie in aller ernsthaften Zugewandtheit zu Ihnen, liebe Leser*innen, aussprechen. Wir versichern, dass wir versucht haben, neben der Fülle an Informationen die Betroffenheit der Menschen, die Traumata erlebt und an den offenen und versteckten seelischen Wunden gelitten haben oder leiden, in unsere Ausführungen einzubeziehen und ihr Beachtung zu schenken. So gut wir es vermögen.

Beispiele und Zitate, die vom Erleben und den Aussagen traumatisierter Menschen erzählen, haben wir manchmal zum besseren Verständnis eingefügt. Dabei haben wir uns bemüht, die Intimität dieser Personen zu wahren und ihre Würde weder durch eine Schilderung des Schreckens noch durch eine Banalisierung ihres Leides zu verletzen. Dass wir die Angaben zu ihrer Person anonymisiert und abgewandelt haben, versteht sich von selbst.

Seit fast 40 Jahren begegnen wir in unserer pädagogischen und therapeutischen Praxis traumatisierten Menschen und haben im Laufe der Jahrzehnte von jedem und jeder einzelnen von ihnen gelernt, was es heißt, an diesen Erfahrungen zu leiden UND Auswege und Bewältigungsstrategien zu entwickeln, die das physische und psychische Überleben sichern und die Sehnsucht nach einem guten Leben wachhalten. Ihre Kraft und Kreativität, die Gestaltung ihres Lebens (wieder) in die eigene Hand zu nehmen, hat unsere Hochachtung. Unser Anliegen mit diesem Buch ist es, zu ihrem Selbstverständnis beizutragen als einem Schritt auf diesem Weg, ebenso wie zum Wissen und zum Verständnis der Lebensumwelt traumatisierter Menschen. Dabei wenden wir uns auch an Angehörige und an all die anderen, die ein Interesse daran haben, Menschen, denen durch traumatisierende Taten Verletzungen zu-

aus: Frick-Baer u.a., Trauma (ISBN 9783432117232) © 2023 TRIAS Verlag

gefügt worden sind, auf ihrem Weg zu begleiten und sie dabei zu unterstützen, dass die zugefügten Wunden verheilen und vernarben können.

Da viele Menschen nach ihren traumatischen Erfahrungen und Ereignissen verstummt sind bzw. zum Verstummen gebracht worden sind, versuchen wir seit mehr als 20 Jahren, ihnen eine öffentliche Stimme zu geben, durch Schreiben, Vorträge, Fortbildungsangebote und Forschungsprojekte und -studien. Die Erste, die uns in Deutschland dankenswerterweise mit der Beschreibung von Traumafolgen nach sexueller Gewalt – und damit mit dem Begriff »Trauma« – vertraut gemacht hat, war Judith Herman. Sie hat für uns den Grundstein gelegt für die Sichtweise, die wir seither konsequent weiterverfolgt haben: die Perspektive auf das Erleben traumatisierter Menschen.

Unsere Parteilichkeit gilt den traumatisierten Menschen und allen, die mit ihnen leiden. In den letzten Jahren ist das Thema Trauma und Traumafolgen mehr in der breiten Öffentlichkeit wahrgenommen worden. Das ist gut so und wir danken allen, die dazu beitragen haben und sich weiterhin dafür einsetzen. Und es reicht noch nicht. Sexuelle Gewalt in Internaten und kirchlichen Institutionen, Traumatisierungen durch Flutkatastrophen und in Bundeswehreinsätzen sind nur die Spitze des Eisbergs. Wir wollen mit diesem Buch einen Beitrag leisten, Betroffene, Angehörige und alle interessierten Menschen zu unterstützen.

Ihre Dr. Gabriele Frick-Baer, Ihr Dr. Udo Baer

aus: Frick-Baer u.a., Trauma (ISBN 9783432117232) © 2023 TRIAS Verlag