



Social Trauma Therapy (STT)

Traumaheilung nach Dr. Anngwyn St. Just

Dr. Anngwyn St. Just leitet das Arizona Center for Social Trauma (ACST) in Jerome/ Arizona. Ihr Spezialgebiet ist die Entwicklung von humanistischen, den Kontext betonenden Modellen im Rahmen der somatisch orientierten Traumatherapie. Seit Jahrzehnten erforscht und befasst sie sich mit dem Gebiet der Trauma Therapie, das sie in jahrelanger Zusammenarbeit mit Dr. Peter Levine massgeblich beeinflusste.

Was ist Social Trauma Therapy (STT)

Während eines überwältigenden Lebensereignisses gibt es einen Moment, in dem die Wahrnehmung der Zeit stoppt und ein Teil des Bewusstseins sich abspaltet. Dies ist zwar Teil eines schützenden Dissoziationsvorganges, kann aber dazu führen, dass ein Teil des Bewusstseins in der Vergangenheit festsetzt und diese Energie in der Gegenwart nicht zur Verfügung steht. Die Traumaarbeit versucht, diesen Moment „in dem die Zeit stillsteht“ wieder zu finden, um die Zeit für das Individuum wieder vorwärts zu bewegen. So wird die in der Vergangenheit gebundene Energie freigesetzt, der Organismus aus der Fixierung herausbewegt, damit der Mensch sich wieder im Hier und Jetzt befinden kann.

Das noch junge Gebiet der Somatischen Traumatologie befasst sich mit der Entwicklung neuer psycho-physiologischer Ansätze, mit denen es gelingt, bewusste und unbewusste Reaktionen auf überwältigende Lebensereignisse zu erkennen und zu behandeln. Die am Arizona Center for Social Trauma entwickelten Lehr-, Forschungs- und Behandlungsprogramme basieren auf der Erkenntnis, dass psycho-physiologische Manifestationen von Traumata sich ein Leben lang direkt im sozialen Verhalten des Menschen widerspiegeln. Aus dieser Sichtweise werden in der somatischen Traumatologie die Auswirkungen von ungelösten Traumata nicht allein auf das Individuum bezogen, sondern auch auf die Personen, die mit traumatisierten Menschen in Beziehung stehen – ebenso auf die weit darüber hinausgehenden lokalen Zusammenhänge.

Kultur-, Geschichts- und Literaturstudien, aber auch die Aufmerksamkeit für tägliche Geschehnisse der Gegenwart zeigen uns, dass viele der als traumatisch erlebten Formen von „überwältigenden“ Lebensereignissen schon immer Bestandteil des Lebens von Individuen, Volksgruppen, Nationen und internationalen Gemeinschaft waren. Die Studienreihe „Trauma und Mensch-Sein“ (Trauma and the Human Condition) bietet sowohl eine historische, kulturelle und systemische Einbindung der Traumatologie als auch die Erforschung und Behandlung der physiologischen Reaktionen des Körpers auf Traumata. Diese Kombination macht die Ausübung unserer Trauma Arbeit zu einer Kunst, zu einem Abenteuer und zur Begegnung mit dem Mysterium des Mensch Seins.

Die Spaltung von Denken und Fühlen ist der Grund für das persönliche und letztlich das sozial-globale Trauma. Wir können nur mit der Integration von Denken und Fühlen Traumata auflösen und damit aus dem endlosen Kreislauf von Schuld und Anklage herauskommen.

www.praxis-lichtblicke.ch
www.acst-international.com

Telefon 052 202 63 19
info@praxis-lichtblicke.ch
www.praxis-lichtblicke.ch

Katharina Rüesch • Reitweg 2 • 8400 Winterthur • • •

