



Udo Baer, Gabriele Frick-Baer

Wie Traumata in die nächste Generation wirken

Band 11 der Fachbuchreihe therapie kreativ, Affenkönig Verlag, Neukirchen-Vluyn
185 Seiten

Viele Menschen leiden unter Symptomen von Angst oder Anspannung, ohne dass dies durch Ereignisse in der Gegenwart erklärbar ist. Udo Baer und Gabriele Frick-Baer machten sich auf die Suche nach den möglichen Ursachen dieser Phänomene. Sie fanden heraus, dass die Ursache dieser Leiden häufig in dem Leiden der vorigen Generation liegt. Die Eltern vieler jetzt lebender Menschen haben als Kinder die Schrecken des Krieges erlebt oder erlitten Gewalt in anderer Form. Die Autorin und der Autor beschreiben in diesem Buch, wie es nun den Kindern dieser Eltern geht, die ein Trauma erlitten haben. Das Werk basiert auf einem Forschungsprojekt, bei dem 15 narrative Interviews mit Betroffenen durchgeführt wurden. Was sich deutlich zeigt, ist, dass die Kinder z. B. die traumatische Angst der Eltern körperlich wahrnehmen können und unter ihr leiden, ohne die bedrohliche Situation zu kennen. Menschen vermögen sich also *leiblich* an eine Situation zu erinnern, die sie *nicht* selbst erlebt haben. Das Wissen über die transgenerative Traumaweitergabe sowie die therapeutische Arbeit mit Angehörigen der zweiten Generation steckt erst in den Anfängen. Dieses Buch liefert einen wichtigen Beitrag für die nähere Auseinandersetzung mit dem Thema. Es ist für Betroffene ebenso interessant wie für Fachleute.