

Anngwyn St. Just
Soziales Trauma

ANNGWYN ST. JUST

Soziales Trauma

Balance finden
in einer
unsicheren Welt

Kösel

Übersetzung aus dem Amerikanischen:
Jürg Wahlen

Titel der Originalausgabe:
Relative Balance in an Unstable World.
A Feminine Perspective on Individual and Social Trauma

Copyright © 2005 by Anngwyn St. Just, Ph.D.
© 2005 für die deutsche Ausgabe by Kösel-Verlag GmbH & Co., München
Printed in Germany. Alle Rechte vorbehalten
Druck und Bindung: Kösel, Krugzell
Umschlag: 2005 Werbung, München
Umschlagmotiv: Getty Images, Paul Chesley
ISBN 3-466-30688-4

*Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem Werkdruckpapier
(säurefrei und chlorfrei gebleicht)*

*Für Galen,
wie versprochen ...*

Inhalt

9	Einleitung
17	Trauma und seine Nachwirkungen
35	Paradigmenwechsel
44	Alpine Perspektiven
57	Nächtliche Reise
70	Feldnotizen
79	Wahlmöglichkeiten als Weg zur Kraft
100	Frauen auf dem Mond
121	Lilith und Eva
146	Descansos
161	Trauern mit dem Feind: Russland und die Tragödie des Krieges
190	Alptraum Afghanistan
205	Relatives Gleichgewicht
228	Dunkle Wahrheiten
243	Ausblick
249	Anmerkungen
252	Literatur

Einleitung

Wenn man Schriftsteller ist, verpflichtet einen das Aneignen wichtiger Erfahrungen geradezu, darüber zu berichten. Beim Schreiben erforscht man, was sie für einen selbst bedeuten, wie man in ihren Besitz gelangt und sie letzten Endes wieder freigibt.

Michael Crichton, *Travels*

Ich bin Somatische Traumatologin und habe mich auf ein relativ neues Gebiet spezialisiert, soziales Trauma. Trauma wird von der *American Psychiatric Association* als Reaktion auf ein überwältigendes Geschehen im Leben bezeichnet – so wenigstens lautet die Definition im *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, IV*. Trauma ist ein Adaptionsprozess, der seine Zeit braucht. Gemäß dieser Auffassung ist PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*; posttraumatische Belastungsstörung) das Resultat komplexer Wechselbeziehungen zwischen psychologischen, biologischen und sozialen Faktoren. Das Schlüsselwort dabei ist »Reaktion«: Beim individuellen Trauma rührt die Reaktion vom Nervensystem her und ist nicht im Ereignis selbst begründet.

Meiner Meinung nach trifft diese Definition auch gut für die Somatische Traumatologie zu – ein aufstrebendes Forschungsgebiet, welches sich darauf richtet, innovative Ansätze zu entwickeln, um mit Hilfe psychophysischer Methoden die bewussten und unbewussten körperlichen Reaktionen auf ein überwältigendes Ereignis zu erfassen und wieder ins Lot zu bringen. Im Bereich

des sozialen Traumas müssen wir diese Definition erweitern, damit sie nicht nur die Auswirkung von ungelöstem Trauma auf den Einzelnen umfasst, sondern auch auf jene Menschen, die in Beziehung zu den Traumatisierten stehen, und ebenso auf das noch weitere Umfeld wie Gemeinde, Kultur, Nation, globale Gemeinschaft und die Erde selbst. Es ist dabei wichtig zu verstehen, dass ein nicht bearbeitetes Trauma dazu beiträgt, ungelöste soziale Probleme über Generationen hinweg fortbestehen zu lassen. Dieser Dynamik sind sich die Betroffenen meist überhaupt nicht bewusst. Da ich auch Kulturhistorikerin bin, halte ich solche Generationsdynamiken für sehr bedeutsam.

Dieses Buch begleitet mich auf die eine oder andere Weise seit mehr als zehn Jahren. Während es langsam Form annahm, musste ich zwei wichtige Entscheidungen treffen. Die erste war, ob ich ein Fachbuch über soziales Trauma für Mitarbeiter im klinischen Bereich schreiben sollte oder ein Sachbuch, das auch interessierte »Laien« anspricht. Als Zweites musste ich zwischen einem persönlichen und einem distanzierteren, sachlichen Stil wählen. Ich habe mich entschlossen, mich an eine breitere Leserschaft zu wenden und aus meiner eigenen, höchst persönlichen Sichtweise heraus zu schreiben.

Das Bedürfnis, über mein wachsendes Verständnis von kollektiver Überwältigung zu schreiben, ist der zunehmenden Einsicht entsprungen, dass Trauma und seine Nachwirkungen auf der ganzen Welt sowohl endemisch (d.h. örtlich begrenzt) als auch epidemisch auftreten. Die psychosozialen und ökonomischen Auswirkungen von Trauma sind sehr kostspielig. Jüngste Untersuchungen haben gezeigt, dass Trauma-Opfer unsere sozialen, medizinischen, staatlichen und gerichtlichen Institutionen unverhältnismäßig oft beanspruchen. Als Folge der tragischen Ereignisse vom elften September hat nicht nur unser Bewusstsein über das wahre Ausmaß dieser Thematik zugenommen, sondern wir müssen leider auch feststellen, wie begrenzt unsere Ressourcen für die Behandlung posttraumatischer Stressreaktionen sind, welche

uns die bestehenden Paradigmen liefern. Angesichts der wachsenden Anzahl von Trauma-Überlebenden und unter dem Druck ständig steigender Kosten im Gesundheitswesen wird offensichtlich, dass wir auf eine Krise zusteuern. Ein altes chinesisches Sprichwort rät: »Wenn wir nicht die Richtung ändern, werden wir wohl genau dort enden, wo wir hingehen.«

Wenn wir die Herausforderungen, die auf uns zukommen, meistern wollen, müssen wir unser Verständnis von Trauma erweitern, so dass es jene Arten von Überwältigtsein mit einschließt, die über das traumatisierte Individuum hinausreichen. Das Konzept des sozialen Traumas – jener Formen von Trauma also, die über den Einzelnen hinaus in die Gemeinschaft, auf Kulturen, Nationen und auf die ganze Erde übergreifen – ist noch sehr neu. In Anbetracht der zunehmenden natürlichen und vom Menschen verursachten Katastrophen, von ansteckenden Krankheiten, Kriegen, Revolutionen, ethnischen Säuberungen, Terrorismus und weiteren Formen von Gewalt auf dem gesamten Erdball ist es für die betroffenen Regionen oft eine Frage des physischen, sozialen, kulturellen oder politischen Überlebens, welche Hilfsmaßnahmen jeweils getroffen werden.

Es ist heute unbedingt erforderlich, Trauma als globales Problem zu verstehen und anzuerkennen, dass ein dringendes Bedürfnis besteht, internationale, kulturübergreifende und kosteneffektive Programme für den Umgang mit Trauma und seine Heilung zu entwickeln, die sich auf leicht zu übermittelnde Konzepte stützen. Immer wieder hat sich in vielen Teilen der Welt gezeigt, dass Menschen in Katastrophensituationen Unterstützung in Form von sofortiger medizinischer Betreuung, Nahrung, Wasser und Notunterkünften benötigen. Trauma-Beratungsprogramme, die nach dem Motto arbeiten »Eine Methode gilt für alle«, werden nie wirklich greifen, denn Menschen reagieren höchst individuell und kulturspezifisch auf überwältigende Ereignisse in ihrem Leben. Die meisten Trauma-Spezialisten mit Erfahrung stimmen darin überein, dass die Reaktionen auf Katastrophen je nach Art des

Ereignisses stark variieren. Zudem gilt es, individuelle Unterschiede in Bezug auf das Alter, den Gesundheitszustand, die Problembewältigungsstrategien, die Grundannahmen über das Leben und die vorhergehende emotionale Problematik zu berücksichtigen und zu respektieren.

Mit der Zeit hat sich immer klarer erwiesen, dass das Verständnis von Trauma uns allen, die wir die Bedingungen des menschlichen Daseins besser verstehen möchten, wertvolle Hilfe leistet. Genau darum muss sich dieses Forschungsgebiet weit über die bereits sorgfältig abgesteckten Felder der Psychiatrie, Psychologie, Soziologie und sogar der so genannten Psychohistorik hinaus erstrecken. Meine mehr als dreißigjährige Erfahrung im Studieren, Unterrichten und Behandeln von Trauma sowie akademische Studien in Geisteswissenschaften, Geschichte und Kunst haben mich zu einer Sichtweise geführt, in deren Rahmen ich Trauma als integralen Bestandteil der menschlichen Erfahrung verstehe und akzeptiere. Als Historikerin weiß ich, dass das griechische Verb *historien* »Fragen stellen« bedeutet, und dies war auch für mich stets ein motivierender Faktor, wenn ich mich mit Trauma befasste.

Humanistische Studien und ein aufmerksames Auge für die Geschichte wie auch für das gegenwärtige Geschehen offenbaren uns, dass alle Formen von Überwältigung, denen wir im individuellen, kommunalen, nationalen und internationalen Leben begegnen, uns auf die eine oder andere Weise seit jeher begleitet haben. Für den *Homo sapiens* ist Trauma sozusagen »im Vertrag enthalten« – eine oft unvermeidliche Komponente in der Evolution unseres Verständnisses unserer selbst, der Welt und der Macht jener großen und geheimnisvollen Kräfte, die unser kollektives Schicksal gestalten. Meinen Fokus als Trauma-Spezialistin über das individuelle Trauma hinaus auf den Bereich des sozialen Traumas auszuweiten, war ein höchst persönlicher Prozess – für mich als Individuum, als Frau und auch als Kind des Kriegs.

Meine Leser sind eingeladen, mich bei diesen Nachforschungen zu begleiten. Sie gruppieren sich um drei größere Projekte, welche

in die Zeit fielen, als ich Graduate Student am *Western Institute for Social Research in Berkeley*, Kalifornien, war. Die Kapitel drei bis sechs handeln von Erfahrungen in hoher Bergwildnis, die mich zunehmend Einsicht in die Macht der Natur als Kraftquelle zum Heilen von Kriegswunden gewinnen ließen. Die Arbeit mit Kriegstrauma in den *High Sierra Mountains* führte auch zu einem tieferen Verständnis dafür, wie sich jeder Krieg auf Beziehung und Familie auswirkt und häufig auch noch die nachfolgenden Generationen belastet und beunruhigt. Hierbei wurde mir bewusst, dass ich mir die Thematik von Krieg und Geschlecht genauer ansehen müsste. Das führte schließlich zu meinem Beitrag »Männer, Frauen und der Krieg – und der Krieg zwischen Männern und Frauen«.

Die Kapitel sieben bis neun handeln von meinem nächsten Projekt mit traumatisierten Frauen im *Moon Rock State Park* und an anderen Schauplätzen entlang der nordkalifornischen Küste. Diese Kapitel übertragen einige meiner Fragen zum Thema Geschlechter in ein anderes Forschungsgebiet und beziehen das Heilungspotenzial der Arbeit mit Frauen in der Natur mit ein. Die Erfahrungen von *Moon Rock* am Rand des Pazifischen Ozeans dienten auch dazu, mein Verständnis des kulturübergreifenden Potenzials von »Metaphern der Natur« zu vertiefen. Was ich dort durch die Zusammenarbeit mit einer brasilianischen Schamanin lernte, erwies sich von unschätzbarem Wert in der Vorbereitung für die interkulturelle Arbeit mit Kriegstrauma in Russland. Das Wertvollste, was wir von der Natur für unsere kulturübergreifende Arbeit lernen können, ist die Erkenntnis, dass die Natur eine wichtige Ressource für alle in Privatpraxen, Kliniken und anderen Einrichtungen Tätigen ist.

Die Kapitel zehn bis dreizehn handeln von meinen Besuchen in Russlands einziger Trauma-Klinik und von der Zusammenarbeit mit einem traditionellen Schamanen in einem großen Waldgebiet. Diese Kapitel erkunden unsere gemeinsamen Projekte sowie einige der interkulturellen und geschlechtsspezifischen Unterschiede

zwischen Männern und Frauen in der ehemaligen Sowjetunion. Mein Aufenthalt in Russland lieferte mir viele Einsichten in die über Generationen fortdauernden Nachwirkungen von Krieg, Revolution und von Menschen gemachten Katastrophen. Aus dem, was ich bei allen drei Projekten gelernt hatte, zeigte sich mit der Zeit immer deutlicher, dass jedes soziale Trauma nach kreativen Lösungen ruft, die sowohl individuelles und kollektives Überwältigtsein ansprechen als auch das Bedürfnis nach Heilung von zerbrochenen Beziehungen beinhalten. Darüber hinaus zeigten mir die drei Projekte mit aller Deutlichkeit, wie wichtig die Konzepte von »relativem Gleichgewicht« und Widerstandsfähigkeit auf allen Ebenen der Trauma-Arbeit sind.

Wenn ich hier einige meiner Erfahrungen mitteile, hoffe ich, dass meine Leserinnen und Leser sich zunehmend für Möglichkeiten von Trauma-Arbeit interessieren, die über die Begrenzungen medizinischer Modelle, staatlicher Einrichtungen und individueller Privatpraxen hinausreichen. Dieses Buch lädt ein, unser Denken über Trauma auszuweiten und die Natur, schamanische Weisheit sowie interkulturelle, nonverbale und kinaesthetische Methoden mit einzuschließen; zugleich ist es eine Würdigung des Heilungspotenzials der menschlichen Gemeinschaft.

Ich habe mich entschieden, sehr persönlich zu schreiben und verzichte daher weitgehend auf medizinische, psychologische oder andere wissenschaftliche Erklärungen von Trauma. Leser und Leserinnen, die nach einem Handbuch oder Leitfaden suchen, kommen hier also nicht auf ihre Rechnung. Wer solche Informationen sucht, findet ausgezeichnete Hinweise in den umfassenden Publikationen von Bessel Van der Kolk und seinen Mitarbeitern, beispielsweise in *Psychological Trauma* bzw. jüngeren Datums in *Traumatic Stress: Grundlagen und Behandlungsansätze*. Zusätzliche Angaben über den somatischen Ansatz, wie man Trauma verstehen und behandeln kann, finden sich in Peter Levines Buch *Das Erwachen des Tigers* sowie in *The Body Bears the Burden: Trauma Dissociation and Disease* von Robert Scaer. Wer nach

Selbsthilfe Ausschau hält, sei auf Benjamin Colodzins *How to Survive Trauma* verwiesen. *Beyond the Trauma Vortex: The Media's Role in Healing Fear, Terror and Violence* von Gina Ross überträgt Peter Levines Feststellung, »Trauma ist die Wurzel von Gewalt«, in den Bereich des sozialen Aktivismus.

In Anbetracht der eher kontemplativen Natur meines methodischen Ansatzes als Trauma-Spezialistin und Kulturhistorikerin sehe ich meinen Beitrag zu diesem sich entfaltenden Mosaik in erster Linie darin, Zusammenhänge aufzuzeigen und an dem fortlaufenden Prozess mitzuwirken, Verbindungen zwischen unserem persönlichen und familiären Schicksal und den höheren Mächten, welche die menschliche Erfahrung prägen, zu erforschen.

Trauma und seine Nachwirkungen

*Kreisend und kreisend in immer weiterem Bogen
Entschwindet der Falke dem Ruf des Falkners.
Alles fällt auseinander, die Mitte hält nicht mehr;
Bare Anarchie bricht aus über die Welt ...
Sicherlich steht eine Offenbarung bevor ...*

W.B. Yeats

Im Winter 1992, kurz nach dem Zerfall der ehemaligen UdSSR, war ich in Moskau und besuchte den Arzt Valeri Michailowski, Russlands führenden Spezialisten für Kriegstrauma. Valeri meinte, wir sollten uns etwas Zeit für einen Spaziergang auf dem Arbat nehmen, der wichtigsten Einkaufsmeile der Stadt. Diese historische Allee, wo einst Puschkin und Lenin gewohnt hatten, war zum Schauplatz eines weitläufigen Straßenmarktes geworden, auf dem lebhaft Verkäufer einen Ausverkauf des gefallenen Regimes abhielten. Es wurden Uniformen angeboten, Militärstiefel, Bände über den Dialektischen Materialismus und den »Wissenschaftlichen Kommunismus«; Landkarten der ehemaligen Sowjetunion verkauften sich als Neuheiten ebenso wie Souvenir-T-Shirts oder Unionsflaggen. »Wie Sie sehen können«, meinte Valeri ruhig und wies auf das Chaos rund um uns hin, »bricht alles auseinander. Nicht nur hier in Russland, nein, jetzt haben wir den wirtschaftlichen Kollaps, Krieg und viele Naturkatastrophen auf dem gan-

zen Planeten. Wir leben in einer Zeit rapiden sozialen Wandels, der auch nach Amerika kommen wird. Wir brauchen neue Behandlungsmodelle. Die Menschen können sich nicht immer auf ein Gesundheitssystem verlassen, das ihnen hilft. Wir haben weder genügend Zeit, Geld und Einrichtungen noch die nötige Anzahl ausgebildeter Leute für individuelle Psychotherapie. Es gibt so viele Menschen, die dringend einer Behandlung bedürfen. Es ist wichtig, dass man ihnen hilft, einen Weg zu finden, wie sie so viel Verantwortung wie nur möglich für ihren eigenen Heilungsprozess übernehmen können.«

Meine erste Reise nach Russland war ein Schock, für den ich ewig dankbar sein werde. Mir wurde klar, dass wir alle in »immer weiterem Bogen« kreisen, wie es in Yeats' Gedicht am Kapitelanfang heißt. Wie schon Leo Tolstoi in *Der Tod des Iwan Iljitsch* wusste, kann das alltägliche Leben mit seinen Mustern und vertrauten Objekten zu einer leeren Hülse werden, die allen Neuerungen den Einlass verwehrt.

Bevor die Industrielle Revolution ihre vielfältigen Annehmlichkeiten bescherte, hat wohl der Schock von Winterkälte, plötzlicher Armut, Pest, brutalen Invasionen und abrupten unerklärlichen Todesfällen die russische Schale geknackt.¹ In Amerika könnten die Ereignisse vom elften September und unsere danach geführten Kriege die eigenen Schalen auf eine Weise aufbrechen, wie wir es uns nie hätten träumen lassen. Auch wenn die amerikanische Schale vielleicht Sprünge bekommt, scheint der Behälter bis auf weiteres einigermassen intakt geblieben zu sein, doch unser Gefühl von »Sicherheit« hat dabei eine radikale und notwendige Veränderung erfahren.

»Sichere« Behälter interessieren mich heute, besonders nach den Vorfällen vom elften September, eher weniger. Dieser Planet, auf dem wir leben, ist nicht sehr sicher. Wenn man auf dem Gebiet von globalem Trauma arbeitet, ist ein Gefühl von Sicherheit nicht immer ein realistischer Zielaspekt. Wirklichkeitsnäher erscheint die Herausforderung, Wege zu entdecken, wie man

den Menschen helfen kann, in einer instabilen Welt ein relatives Gleichgewicht zu finden. Im Laufe der Zeit wurde es mir im Rahmen meiner klinischen Erfahrung immer klarer, dass ich viele der Prämissen meiner medizinischen und psychotherapeutischen Ausbildung neu beurteilen musste. Ich spürte, dass die Brille, durch die ich bisher geschaut hatte, den Blick viel zu sehr einengte. Individuelle Psychotherapie in Fünfzigminutensitzungen ist nur ein sehr beschränktes Modell, um mit der zunehmenden Häufigkeit von Trauma infolge von Terrorismus, ökologischen Katastrophen, Kriegen, ethnischen Konflikten, Massenvergewaltigungen und Hungersnot überall auf dem Erdball umzugehen. Dr. Michailowski hat völlig Recht mit seiner Überzeugung, dass Trauma ein globales Thema ist und dass ein dringendes Bedürfnis besteht, innovative lokale, nationale und internationale kulturübergreifende Programme zu entwickeln, wie man Trauma behandeln soll, damit die Menschen wieder gesunden.²

Ich bin Lehrerin und Klinikerin und habe wenig Talent für Organisationsdynamik. Das Einzige, was ich anbieten kann, ist eine Perspektive, die sich in 30-jähriger Arbeit mit Trauma in der einen oder anderen Form entwickelt hat. Ich hatte nie geplant, eine Trauma-Spezialistin zu werden, und viele Jahre meines Erwachsenenlebens glaubte ich auch, ich sollte etwas ganz anderes tun. Mit der Zeit habe ich jedoch begriffen, dass mein Leben und meine Arbeit nie getrennt waren. Ich komme aus einer Familie, in der es zahlreiche Mediziner, Künstler und Berufssoldaten gab. Im Rückblick war mein Weg zum sozialen Trauma längst vorgezeichnet, bevor mir überhaupt aufging, was ich wirklich tat.

Ich wurde mitten im Zweiten Weltkrieg geboren. Meine Familie musste schwere Verluste erleiden, doch während meiner Kindheit wurde darüber kaum gesprochen. Ich war schon weit ins mittlere Alter vorgerückt, ehe ich einen Zusammenhang der Kriegserfahrungen mit einem problematischen Familienerbe entdecken konnte.

Mein berufliches Engagement für Menschen, die darunter litten, mit der gewalttätigen Seite der menschlichen Natur und den Auswirkungen von »überwältigenden Geschehnissen im Leben« konfrontiert worden zu sein, begann mit der Ausbildung zur Krankenschwester mitten in der Innenstadt von Baltimore. Ich habe eine Theorie entwickelt, dass die Art und Weise, wie jemand seinen Lebensunterhalt bestreitet, etwas mit dem Bedürfnis zu tun hat, Ungelöstes von seinen Eltern und weiteren Mitgliedern früherer Generationen zu Ende zu führen. Obwohl ich mir dessen zu der Zeit, als ich meine berufliche Laufbahn plante, nicht bewusst war, haben sich die Auswirkungen des Krieges auf die Familie und die Kultur als ein Thema erwiesen, das sich wie ein roter Faden durch meine Arbeit zog. Über die Jahre hinweg hat sich mein Verständnis von menschlichem Schmerz und Leid dahingehend ausgeweitet, dass die Nachwirkungen ungelöster traumatischer Erlebnisse sowohl den Lauf als auch die Qualität des individuellen, familiären und gemeinschaftlichen Lebens beeinflussen können.

In East Baltimore herrschte in den frühen Sechzigerjahren eine Atmosphäre wie in einem Kriegsgebiet. Die Sicherheitsvorkehrungen rund um das Ausbildungskrankenhaus waren sehr straff, und plötzliche Gewaltausbrüche, Armut, Rassismus und Verzweiflung waren an der Tagesordnung. Vor der Bürgerrechtsbewegung heizten sich die Nachwirkungen von Deportation und Sklaverei und die Ressentiments zwischen Schwarzen und Weißen schnell zu Rassenkrawallen auf. Das Erbe mangelnder Integrationsbemühungen forderte einen schweren Tribut. *Johns Hopkins*, Amerikas berühmtestes und angesehenstes Ausbildungskrankenhaus, war eine Insel für Forschung, und die medizinische Pflege war auf dem neusten Stand der Wissenschaft. In der Zeit, die ich dort als Studentin und Ambulanzkrankenschwester verbrachte, arbeitete ich mit einem Team motivierter Fachleute zusammen, die sich alle sehr engagiert mit Schock und Trauma auf der physiologischen Ebene abmühten. Wir waren so sehr darauf konzentriert, Menschen am Leben zu erhalten, dass unser Verständnis von Trauma

nicht sehr weit über traumatisiertes Gewebe hinausreichte. In der Hetze medizinischer und operativer Notfallmaßnahmen blieben wir irgendwie unberührt von der Tatsache, dass die Gewalttätigkeit und das daraus resultierende Leiden, welches wir behandelten, auch eine tief greifende psychologische und gesellschaftliche Dimension aufwies.

Die Atmosphäre in der Notaufnahme war gespannt und intensiv, und mir wurde zunehmend bewusst, dass ich von meinem Temperament her nicht geeignet war, mit dem zu arbeiten, was ich unter Trauma verstand. Nach einer Vollmondnacht, als in der »Hölle der Schwestern« alles schief gelaufen war, was nur schief laufen konnte, hatte ich die Nase voll. Erschöpft wie ich war, verspürte ich ein dringendes Bedürfnis, so weit weg von Trauma, Ambulanz und dem Kriegsgebiet der Innenstadt zu kommen, als es mir mein berufliches Leben erlauben würde.

In meiner Naivität war ich überzeugt, dass ich mit Mitte zwanzig von nun an die völlige Verantwortung für mein Leben übernehmen konnte. Und dieses sollte in keinsten Weise mehr irgend etwas mit Trauma zu tun haben. Um nie wieder in der Notaufnahme überfordert zu werden, vertiefte ich mich in das ruhige und kontemplative Leben einer Kunsthistorikerin. Und so verbrachte ich acht Jahre an der University of California in Berkeley und studierte dort Kunst, Kulturgeschichte und Sprachen. Rückblickend sehe ich jedoch klar, dass sich auch dieses geruhsame Leben von Forschen, Schreiben und Unterrichten unmittelbar und unbewusst rund um die Themen »Trauma und die Bedingungen des Menschseins« organisiert hatte.

Wenn ich so zurückschaue, fällt mir wieder ein, dass der Titel meiner ersten wissenschaftlichen Arbeit in den höheren Fachsemestern *Die Auswirkungen der Schwarzen Pest auf die Freskenmalerei des vierzehnten Jahrhunderts* lautete! Ich forschte und schrieb also über ein höchst ergreifendes visuelles Zeugnis eines medizinischen und sozialen Traumas, welches beinahe drei Fünftel der europäischen Bevölkerung dahinraffte. Dieses Muster

setzte sich fort mit Beiträgen wie *Sex, Tod und Krankheit im Werk von Edvard Munch, Goya und die Agonie des Kriegs* und dergleichen mehr. Während meiner Studien in Geschichte, Kunst und Kultur fand ich mich unbeeindruckt von visuellen Zeugnissen dessen angezogen, was ich heute als soziales Trauma bezeichne. Die Richtung war bereits klar vorgegeben, doch in meinem akademischen Denken blieben mein Leben als Trauma-Krankenschwester in der rauen City und meine Arbeit als Kunsthistorikerin vollkommen getrennt.

Diese Illusion des Getrenntseins weitete sich aus, sie umfasste meinen Geist und auch meinen Körper. Jahrelange Forschungsstudien und Schreiarbeiten hatten mein Leben zunehmend intellektualisiert, und ich hatte meinem körperlichen Befinden keine besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Es überrascht nicht, dass ich mit der Zeit an Gewicht zulegte, meine Beweglichkeit verlor und oft hartnäckige Nackenschmerzen hatte. Als ich mich immer unbehaglicher fühlte, schlug mir jemand, auf dessen Rat ich vertraute, vor, mich »rolfen« zu lassen. Ich hatte keine Ahnung, was das war, litt jedoch unter solchen Schmerzen, dass ich bereit war, alles zu tun, was irgendeine Erleichterung versprach.

Wie es das Schicksal so wollte, wurde ich an Giovanna De Angelo verwiesen, eine italienisch-amerikanische Rolferin, die ihren Magister in den schönen Künsten mit Schwerpunkt Bildhauerei erworben hatte. Zu jener Zeit beendete ich gerade meine Magisterarbeit zum Thema *Kunst der Italienischen Renaissance* mit dem Schwerpunkt Bildhauerei im vierzehnten Jahrhundert. »Ich bin noch immer Künstlerin«, erklärte Giovanna, »obwohl ich jetzt nur noch Menschen forme.« Ich wollte wissen, wie Rolfsing wirkte, doch Fragen wurden auf einen späteren Zeitpunkt verschoben. »Vorerst ist es ganz wichtig, einfach nur mit dem zu gehen, was du erlebst«, riet Giovanna. »Du hast dich auf Bildhauerei spezialisiert. Nun, das hier ist etwa so, als würdest du eine Skulptur von dir machen lassen, ein Porträt, und tief in diesem Kunstwerk drin steckst du.« Die Sprache der Kunst diente als Brü-



Anngwyn St. Just

Soziales Trauma

Balance finden in einer unsicheren Welt

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 256 Seiten, 15,5 x 21,5 cm
ISBN: 978-3-466-30688-6

Kösel

Erscheinungstermin: Juli 2005

Seelisches Überleben nach individuellem und sozialem Trauma

Mit der Tsunami-Flutwelle wurde eine ganze Region in Südostasien traumatisiert. Und auch Katastrophen wie die Anschläge vom 11. September haben nicht nur Individuen, sondern ganze Gemeinschaften, ja ganze Nationen erschüttert. Ein soziales Trauma ist die Folge. Anngwyn St. Just, eine der renommiertesten Trauma-Therapeutinnen, zeigt, wie sie traumatisierte Menschen (etwa missbrauchte Frauen, Kriegsveteranen, Flüchtlinge) aus der inneren Fixierung herausholt und sie wieder in die Balance zurückbringt. Dabei spielen die Arbeit in der Natur sowie nonverbale und kinästhetische Erfahrungen eine zentrale Rolle. Ihre kreativen Behandlungskonzepte zeigen: Auch nach einem kollektiven Verlust des Gleichgewichts können traumatische Erschütterungen integriert werden.