

Carolyn Yoder

LESE
PROBE

Heilsam

mit traumatischen Erlebnissen umgehen

Wege zu Resilienz, Frieden und Versöhnung

NEUFELD VERLAG



BIENENBERG

Carolyn E. Yoder

Heilsam mit traumatischen Erlebnissen umgehen

Wege zu Resilienz, Frieden und Versöhnung

Aus dem Englischen übersetzt von Eva Weyandt



NEUFELD VERLAG



Für Doreen Ruto Jemutai

Nach dem Bombenanschlag auf die Botschaft der Vereinigten Staaten in Nairobi im Jahr 1998 machte sich Doreen, die bei dem Anschlag ihren Mann verloren hatte, mit ihren zwei kleinen Söhnen auf eine Reise, die sie unter anderem zum Center for Justice and Peacebuilding an der Eastern Mennonite University führte. In ihrem Studium als Fulbright-Stipendiatin konzentrierte sie sich auf Trauma, Resilienz, restaurative Gerechtigkeit und Friedensarbeit.

Nach ihrem Studium kehrte sie in ihr Heimatland Kenia zurück, wo sie die Daima Initiatives for Peace and Development ins Leben rief. Die Gründung dieser Initiative war für sie ein Weg, sich mit ihrem Schmerz und Verlust auseinanderzusetzen und etwas Gutes daraus entstehen zu lassen für andere, die ebenfalls mit Gewalt konfrontiert waren. Viel Gutes hat sie bewirkt, und außerdem machte sie Hunderte, vielleicht sogar Tausende Menschen in Kenia, Ruanda, der Somali-Region und dem Südsudan mit den STAR-Schulungen (Strategies for Trauma Awareness and Resilience) bekannt.

Doreens plötzlicher Tod im 21. Januar 2016 hinterlässt eine Lücke in der STAR-Gemeinschaft und in den Herzen all jener, die sie geliebt haben. Ruhe in Frieden, Doreen.

Aus dem Englischen übersetzt von Eva Weyandt, Berlin

Copyright © 2020 Carolyn E. Yoder

Die englische Originalausgabe dieses Buches erschien erstmals 2005 und dann 2020 in einer überarbeiteten und aktualisierten Ausgabe unter dem Titel *The Little Book of Trauma Healing – When Violence Strikes and Community Security Is Threatened* im Verlag Good Books

German translation rights arranged with Good Books, an imprint of Skyhorse Publishing, Inc.

All rights reserved

Edition Bienenberg, Band 9

Die Edition Bienenberg erscheint in Zusammenarbeit mit dem Bildungszentrum Bienenberg, Liestal/Schweiz, www.bienenberg.ch

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich:

ISBN 978-3-86256-789-8

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über www.d-nb.de abrufbar

Umschlaggestaltung: spoon design, Olaf Johansson

Umschlagabbildung: photoBeard/Shutterstock.com

Korrektur: Dr. Marcus Weiand, Benjamin Isaak-Krauß

Satz: Neufeld Verlag

Herstellung: CPI – Clausen & Bosse, Birkstraße 10, 25917 Leck

© 2022 Neufeld Verlag, Sauerbruchstraße 16, 27478 Cuxhaven

ISBN 978-3-86256-182-7, Bestell-Nummer 590 182

Nachdruck und Vervielfältigung, auch auszugsweise,
nur mit Genehmigung des Verlags

www.neufeld-verlag.de

Bleiben Sie auf dem Laufenden:

newsletter.neufeld-verlag.de

www.facebook.com/NeufeldVerlag

www.neufeld-verlag.de/blog

NEUFELD VERLAG

n^v

INHALT

<i>Vorwort</i>	von Karen Hinrichs zur deutschen Ausgabe	13
<i>Vorwort</i>	Die Anfänge von STAR	17
<i>Kapitel 1</i>	Einführung	25
<i>Kapitel 2</i>	Definition, Ursachen und Arten von Traumata	29
<i>Kapitel 3</i>	Das traumatische Erlebnis Das STAR-Modell, Teil I	47
<i>Kapitel 4</i>	Kreisläufe der Gewalt durch nicht behandelte Traumata Das STAR-Modell, Teil II	75
<i>Kapitel 5</i>	Kreisläufe der Gewalt durchbrechen und Resilienz entwickeln Das STAR-Modell, Teil III	101
<i>Kapitel 6</i>	Die Anschläge vom 11. September und die Frage nach dem Durchbrechen der Kreisläufe Das STAR-Modell anwenden	151

<i>Kapitel 7</i>	Wie also wollen wir leben?	159
	<i>Literaturauswahl</i>	171
	<i>Material zu Gewaltfreiheit</i>	172
	<i>Über die Autorin</i>	173
	<i>Verzeichnis der Abbildungen</i>	174

DANK

Dieses Buch aus der Reihe *Little Books of...* wurde möglich, weil viele Menschen ein Stück von sich selbst preisgegeben haben, um ein Werk zu schaffen, das größer ist als die Summe seiner Teile. Viele Personen und Organisationen haben zur Entstehung dieses Buches beigetragen. Ohne sie würde es das STAR-Programm und dieses Buch nicht geben. Danken möchte ich:

- › Church World Service und Rick Augsburg, Leiter von CWS Disaster Response, für den Auftrag, nach den Anschlägen vom 11. September 2001 ein Trauma-Programm ins Leben zu rufen, und für die großzügige finanzielle Ausstattung.
- › Den Dozentinnen und Dozenten sowie den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Center for Justice and Peacebuilding (CJP) an der Eastern Mennonite University. Euer Engagement hat dieses innovative paradigm- und fachübergreifende Schulungsprogramm möglich gemacht. Danke, Jayne Docherty (Fachbereichsleiterin für Menschliche Sicherheit und Friedensarbeit), Barry Hart (Trauma-

Bewältigung und Friedensarbeit), Vernon Jantzi (Friedensarbeit und Fachbereichsleiter), Jannice Jenner (Leiterin des CJP Practice Institute), Ron Kraybill (Friedensarbeit), Lisa Schirch (Menschliche Sicherheit und Friedensarbeit), Nancy Good (Trauma-Bewältigung) und Howard Zehr (Restaurative Gerechtigkeit). Auch viele andere haben zur Entstehung von STAR beigetragen: Elaine Zook Barge, Vesna Hart, Amy Potter Czajkowski, Amela Puljek-Shank, die Co-Direktorinnen des New Yorker Büros Brenda Boyd Bell und Ruth Wenger Yoder sowie den Tausenden Teilnehmenden des STAR-Schulungsprogramms auf der ganzen Welt, deren Rückmeldungen die Inhalte des Programms weiterhin mitgestalten.

- › Dem Center for Strategic and International Studies in Washington DC (David Steele, Olga Botcharova, Barry Hart, Gerald Shenk) für ihre Konzepte *Sieben Schritte zur Rache* und *Sieben Schritte zur Vergebung*.
- › Der Unterstützung der STAR-Mitarbeitenden: Sharon Forret, Hannah Kelly, Shanti Martin Brown, Marsha Thomas, Kathy Smith und Robert Yutzy.
- › Für das Lesen des Manuskripts: Kristin Rothwell DeMello und Rick Yoder.
- › Für die Beratung bezüglich des Inhalts: Elaine Zook Barge, Jayne Docherty, Joy Kreider, Donna Minter, Kathryn Mansfield und Howard Zehr.
- › Für das Geschenk eurer persönlichen Erfahrungen: Lam Cosmas und „Anna Kelly“.