

Die Interviews 9

Die Posttraumatische Belastungsstörung 12

Ich würde mich jetzt viel eher an einen Psychologen wenden 16
Deutsches Heer, Betroffener

Ich hätte das Vorzeigekind für PTBS sein können 22
US-Luftwaffe, Betroffener

Er dachte, ich würde ihm sagen, er sei verrückt 27
US-Armee, Angehörige

Es war immer meine Schuld 34
Kanadische Armee, Angehörige

Wenn es jemand nicht kennt, kann er es sich
nicht vorstellen 44
Deutsches Heer, Betroffener

Ich sehne mich danach, zu sein, wer ich war 59

US-Armee, Betroffene

Oftmals brauche ich einfach nur jemanden zum Reden 71

Australische Luftwaffe, Betroffener

Viele dachten, seine PTBS sei Blödsinn 76

Australische Luftwaffe, Angehörige des o.g. Betroffenen

Ein Teil von ihm kam einfach nicht zurück 80

US-Armee, Angehörige

Irgendwann bildet die Seele einen Schutzschild 90

Deutsches Heer, Betroffener

Wie bei jeder normalen Familie 99

Deutsches Heer, Angehörige des o.g. Betroffenen

Ich freue mich auf meine Zukunft 102

Kanadische Armee, Betroffener

Alles, was ich möchte, ist, akzeptiert zu werden 110

US-Armee, Betroffener

**Ich möchte andere Menschen wissen lassen,
dass es Hoffnung gibt** 115

US-Armee, Angehörige des o.g. Betroffenen

Ich redete mir ein, keine Seele mehr zu besitzen 123

Deutsches Heer, Betroffener

Leben mit PTBS ist eine erträgliche Realität geworden 132

Kanadische Armee, Betroffener

Noch einmal ganz von vorne anfangen 142

Deutsches Heer, Betroffener

Ich lerne, es nicht persönlich zu nehmen,

wenn er mich wegschiebt 156

US-Armee, Angehörige

Menschen, die PTBS hatten, können lernen

wieder zu lachen 164

Kanadische Marine, Betroffener

Ich gehe gestärkt aus der Situation heraus 178

Deutsches Heer, Betroffener

Man denkt, man ist der Einzige 187

Kanadische Armee, Betroffener

Was begünstigt eine Posttraumatische Belastungsstörung

und was schützt davor? 195

Wie verläuft die PTBS? 197

Therapie der PTBS 199

Nachwort 203

Wiltraud Pilz, Referentin im Bundesministerium der Verteidigung

Danksagung 209

Buchtipps 211

Adressen 212