

# Die Wunden der Seele

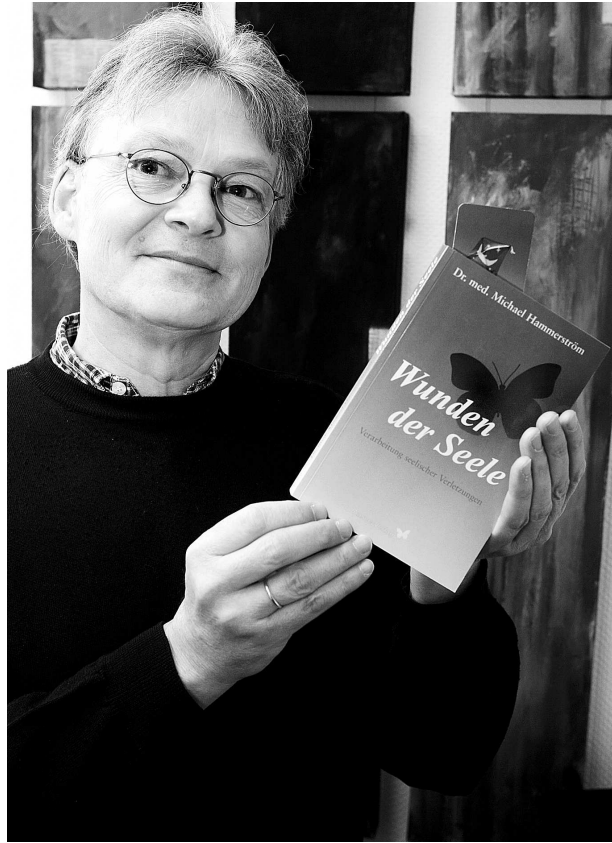
Der Bocholter Arzt Dr. med. **Michael Hammerström** hat ein Buch über die Verarbeitung seelischer Verletzungen geschrieben. Es gibt **leicht verständlich** und mit guten Beispielen Hilfestellung.

VON PATRICK MOEBS

**BOCHOLT** „Die Notwendigkeit der Aufarbeitung eines seelischen Traumas ist etwa vergleichbar mit der eines gesunkenen Schiffes, welches mitten in der Fahrinne liegt. Die Fahrinne ist unsere eigener Lebensweg“, schreibt Dr. med. Michael Hammerström in seinem Buch „Die Wunden der Seele“. Aber viele, die eine seelische Verletzung erlitten haben, tun sich mit der Bewältigung schwer. „So versuchen wir, die Unglücksstelle möglichst weiträumig zu umfahren. Wir hüten uns zum Beispiel davor, mit Menschen, Orten, Landschaften und Dingen, die uns irgendwie an unser Trauma erinnern könnten, in Kontakt zu treten“, heißt es weiter. Hammerström möchte mit seinem Buch dabei helfen, dass es bei diesem Zustand nicht bleibt.

„Jeder Arzt ist täglich mit dem Leid der Patienten konfrontiert“, sagt der Allgemeinmediziner. Er müsse zum Beispiel die Diagnose, dass jemand an Krebs erkrankt ist, weitergeben. Hammerström hat unter anderem auf der Intensivstation und als Notarzt gearbeitet. „Ich habe unendlich viel Leid gesehen, und das hat mich nicht unbeeindruckt gelassen“, sagt er.

Der Allgemeinmediziner, der seit 1992 als Hausarzt in Bocholt arbeitet, hatte zunächst gar nicht vor, ein Buch zu schreiben. „Aber mir ist aufgefallen, dass immer wieder unverarbeitete seelische Verletzungen die Ursache von äußerlich vollkommen unterschiedlichen Erkrankungen waren“, erklärt er. Das Spektrum von seelischen Wunden sei groß. Liebeskummer bei Jugendlichen, Arbeitsplatzverlust, unerwartete Todesfälle in der Familie, zerstörte Ehen – all dies hin-



Das seelische Leid vieler Patienten hat **Dr. med. Michael Hammerström** den Anstoß gegeben, das Buch zu schreiben. FOTO: BETZ

terlasse Spuren, so Hammerström.

Mit seinem Buch will er Hilfestellung bei der Aufarbeitung dieser seelischen Verletzungen geben – und das gelingt ihm auch. Es ist allgemein verständlich geschrieben,

verfällt nicht in Fachjargon. Hervorragend sind die Vergleiche, die Hammerström immer wieder findet. So beschreibt er das irgendwann nachlassende Interesse von Freunden oder Verwandten so: „Als

## INFO

### Selbstmorde

Wie wichtig die Aufarbeitung seelischer Wunden ist, macht Dr. Michael Hammerström auch an der Zahl der Selbstmorde in Deutschland deutlich. Mit **etwa 12 800** im Jahr sei sie rund dreimal so hoch wie die Zahl der Verkehrstoten. Das **Suizid-Problem** werde in der Gesellschaft aber immer noch weitgehend tabuisiert, sagt Hammerström.

trügen Sie irgendwo ein unsichtbares Schild vor dem Kopf, auf dem mit großen Buchstaben steht: ‚Vorsicht, ich bin ein verletzter Mensch‘, meidet man sie.“

Hammerström zeigt auf, dass unverarbeitete Traumata zu Sucht, Depressionen oder sogar in den Selbstmord führen können. Er erläutert, warum der Trauernde nicht in der Vergangenheit verharren darf. Die Trauer „verankert unser Leben an einem Bahnsteig, an dem nie wieder ein Zug abfahren wird“, schreibt Hammerström.

Ihm ist natürlich klar, dass jedes Trauma anders ist und jeder Mensch anders damit umgeht. „Die komplette Auflösung eines Traumas ist ein eher seltener Glücksfall“, heißt es in „Wunden der Seele“. Mit seinem Buch gibt er aber eine hervorragende Hilfe an die Hand, damit Menschen nicht die falschen Wege gehen.

„Die Wunden der Seele – Verarbeitung seelischer Verletzungen“ ist im Aasee-Verlag erschienen und in Bocholter Buchhandlungen erhältlich. Es kostet 19,80 Euro und hat die ISBN-Nummer 978-3-00-020027-4.