

**Wege zur und in der Heilung - absolut
lesenswert!**, 1. Juli 2004

Rezensentin/Rezensent: **fran76** aus
Hamburg

Ich glaube selbst schon sehr weit in meiner
Heilung zu sein und wagte mich an dieses
Buch von C. Striebel.

Etappenweise, da emotional sehr auf-
wühlend, habe ich Zeile um Zeile in mich
aufgenommen, wirken lassen, viel geweint
bei der Wiedererkennung meiner eigenen
Geschichte und letztendlich erkannt, dass
es viele Wege der Heilung gibt.

Die Autorin hat mir mit ihrem offenen Buch
"Nicht allein" nochmals deutlich vor Augen
geführt, dass ich wirklich NICHT ALLEIN bin.
Ich kann dieses Buch allen Betroffenen, An-
gehörigen und Interessierten sehr emp-
fehlen - sowohl für die Anfänge der Suche
nach Heilungsmöglichkeiten als auch für die
Menschen, die mittlerweile ihren Weg ge-
funden haben.

ASB: Exemplare _____ LA 570.699.1
McI, Mcg 1

Striebel, Christine:

Nicht allein : Unterstützung von Betroffenen sexueller Ge-
walt / Christine Striebel. - 1. Aufl. - Berlin : Orlanda, 2004. -
169 S. ; 21 cm

ISBN 3-936937-12-5 kt. : EUR 12,50

F

Falls Sie nicht bereits ausreichend Literatur zum Thema ha-
ben, sollten Sie diesen klaren, einfühlsamen Titel anbieten.
Er bietet Betroffenen eine behutsame und informative Weg-
begleitung zur Selbsthilfe, mit leicht fassbaren Aufgabenstel-
lungen und Erläuterungen. Im Ton ruhig, moderat, positiv
orientiert, liest er sich wie die Mut machende Handreichung
einer erfahrenen, es gut meinenden Freundin. Mit "da ich
selbst erlebt habe, dass mich 'Dramenberichte' eher belasten
als entlasten, möchte ich einen anderen Weg beschreiten"
begründet die selbst betroffene Autorin ihre Herangehens-
weise, sich nicht dem sexuellen Missbrauch zu widmen, son-
dern seiner aktiven Überwindung, dem Lebenkönnen trotz
Trauma. Mit ihrem Buch könnte das zu schaffen sein. Wo
nicht, informiert sie über Therapiemöglichkeiten bis hin zum
gesetzlichen Rahmen und zu erwartenden Kosten (2).

Heidrun Küster

ID 28/04 - BA 8/04

570.699.1

ekz-Informationssdienst

Die Anregungen in diesem Buch kommen von
Frauen, die sexuelle Gewalt in der Kindheit er-
lebt bzw. überlebt haben. Ausgehend von der
eigenen Erfahrung und Gesprächen mit Klientin-
nen zeigt die Psychologische Beraterin Chris-
tine Striebel, wie Überlebende ihre Situation
besser verstehen, sie annehmen und sich auf den
Weg der Heilung begeben – und wie
FreundInnen und Familie sie dabei unterstützen
können. Gemeinsam mit anderen „Weggefähr-
tinnen“ vermittelt sie Missbrauchsüberlebenden
Möglichkeiten der Selbsthilfe u. a. im Umgang
mit Flashbacks, Panikattacken, Sucht, Schlafstö-
rungen, Scham und Selbstverletzungen.
(www.orlanda.de)

ISBN 3-936937-12-5 | Eur D 12,50