

psychischen und neurobiologischen Auswirkungen von Traumata, gelungen, ein wissenschaftlich fundiertes Lehrbuch vorzulegen, das so gar nicht als wissenschaftliches Buch daherkommt. Das Buch wirkt, als sei es fast im Plauderton geschrieben, und beschreibt auch sehr persönliche Erfahrungen des Autors. Es ist dadurch sehr einladend auch für Menschen, die sich noch nicht mit Somatic Experiencing als Basiskonzept zur Traumabehandlung auseinandergesetzt haben.

Die Fülle von anschaulichen und bisweilen auch spannenden Darstellungen aus neurobiologischer Forschung, Tier-Verhaltensforschung und therapeutischen Anwendungsmöglichkeiten bietet sowohl Therapeuten aus angrenzenden Fachgebieten eine wertvolle Informationsquelle zum Verständnis des SE-Ansatzes als auch eine Möglichkeit, den interessierten Laien mit dem Hintergrund von Somatic Experiencing vertraut zu machen. Obwohl das vorliegende Buch auch ein Lehrbuch für die neun Grundbausteine zur Auflösung von Trauma darstellt, erhebt es selbstverständlich nicht den Anspruch, eine fundierte Ausbildung in dieser Methode zu ersetzen. Vielmehr macht es vertraut mit einem Prinzip, nämlich dem Erkennen, Achten und Zunutzemachen von biologischen Selbstschutz- und Selbstregulationsmechanismen. So kann es nicht nur zur Vermittlung des reinen SE-Ansatzes, sondern auch in Ergänzung und Erweiterung anderer psycho- und körpertherapeutischer Verfahren, sowie über den Therapieraum hinaus im medizinischen und pädagogischen Bereich seine Wirkung entfalten. Besonders hilfreich ist, dass Peter Levine zusätzlich zum theoretischen Hintergrund sehr konkret zahlreiche Beispiele aus seiner therapeutischen Arbeit mit Kindern und Erwachsenen vorstellt und darüber hinaus seine Leser mithilfe kleiner Übungen auch zu eigenen Erfahrungen einlädt.

Ich wünsche diesem Buch viele Leserinnen und Leser, die Freude daran haben, Somatic Experiencing kennen zu lernen, in ihre Arbeit zu integrieren und weiter zu tragen.

Amanda Henriette Weber

**Peter Levine**

**Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance führt**  
Kösel-Verlag, München 2011

## „Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance führt“

Mit diesem Buch ist es Peter Levine, einem herausragenden Lehrer für das Verständnis und die Behandlung der



**Dr. Amanda Henriette Weber**, \*1957, Ärztin für Naturheilverfahren und SE-Therapeutin. Sie arbeitet in ihrer Praxis in München hauptsächlich mit Patienten mit Schocktrauma und Bindungstrauma. Seit 2000 Schülerin von Faisal Muqqadam (DiamondLogos Approach). Ihr Hauptinteresse gilt der Erforschung von Traumaheilung durch die Verbindung von Spiritualität und Körperlichkeit.