

SISÄLLYS

1 Puolella liekillä 8

2 Ford Cortina -69 15

3 Jokapäiväinen trauma 20

Aivot muuttuvat, maailma muuttuu 23

Trauma ja suojautuminen karua totuutta vastaan 25

Riston tyhjä elämä 28

Traumasta toipumisen kyky vaihtelee 31

4 Kuoleman puutarha 35

Parempi kuolla kuin kokea uudestaan 39

Lapsen katoamistempu 44

Potkukelkalla taivaaseen 48

5 Enkelin ilmestyminen: itsemurha ja puolustusmekanismi 51

Kuolemanvietti ja viinanhimo 57

Masokismi ja läheisriippuvuus 58

Nikon isän vaiettu tarina 60

6 Supersankarit ja trauma 63

Hefaistos, epätäydellinen jumala 66

Sankarimyytti uusiksi 68

Kullervo ja viha mielen sisältönä 71

Itämainen sankari 72

Harry Potter ja traumasta toipuminen 74

Kaikkensa menettänyt tosielämän sankari 75

Jung ja trauma 79

Trauma saduissa 83

Vahva-Hannu ja varhainen trauma 86

7 Masennus ja trauma 91

Masennuksen taito - kohti merkityksellistä elämää 94

Laajempi itsen käsite 95

Parantava luonto 97

Psykologia ilman itseä 99

Miehen kyyneleet 101

Sotatrauma 103

8 Trauman historiaa: kohti ymmärtämistä 107

Persoonallisuushäiriö vai trauma? 111

Epävakaa persoonallisuushäiriö 112

Narsismin kahdet kasvot 115

9 Naimisissa trauman kanssa 118

Trauma parisuhteessa: Jani ja Anne 122

Trauma ja ero 126

Luottamus Orfeus -myytissä 131

10 Trauma ja rakkaus 134

11 Trauma ja terapia 139

Trauma ja elämänmittainen kasvu 145

Yksi kärsimys 149

12 Kolme askelta traumasta rakkauteen 153

Kiitokset 158

Kirjallisuutta 159