



Dies ist eine Leseprobe von Klett-Cotta. Dieses Buch und unser gesamtes Programm finden Sie unter www.klett-cotta.de

Leben Lernen

Die Reihe »Leben Lernen« stellt auf wissenschaftlicher Grundlage Ansätze und Erfahrungen moderner Psychotherapien und Beratungsformen vor; sie wendet sich an die Fachleute aus den helfenden Berufen, an psychologisch Interessierte und an alle nach Lösung ihrer Probleme Suchenden.

Alle Bücher aus der Reihe »Leben Lernen« finden Sie unter:

www.klett-cotta.de/lebenlernen

Die Autorin beschreibt in diesem Buch besonders anschaulich, wie eine EMDR-Intensivtherapie effektiv und nachhaltig bei traumatisierten Patient:innen eingesetzt werden kann. Selten bekommen Leser:innen die Gelegenheit einer Therapeutin so unmittelbar über die Schulter zu schauen und gleichzeitig den Therapieprozess auch aus Sicht der Patientin zu erleben.

Im Mittelpunkt der Therapie steht eine hochstrukturierte therapeutische Technik, die die Autorin mit ihrer systemischen Herangehensweise um zahlreiche fantasievolle, ressourcenorientierte Methoden ergänzt – wo immer es im Therapieprozess angebracht ist. Daraus ergibt sich eine höchsteffektive Methode, Veränderung in Gang zu bringen und nachhaltige Verbesserungen zu erzielen.

Susanne Altmeyer

EMDR-Intensiv- therapie

Systemisch – fokussiert – effektiv

Klett-Cotta

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2024 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte inklusive der Nutzung des Werkes für Text und Data Mining i. S. v.

§ 44 b UrhG vorbehalten

Cover: Jutta Herden, Stuttgart

unter Verwendung einer Abbildung von Kerrick/iStock by Getty Images

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Kempten

Gedruckt und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck

Lektorat: Judith Mark, Freiburg

ISBN 978-3-608-89323-6

E-Book ISBN 978-3-608-12336-4

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20681-4

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der

Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten

sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

1	Einleitung	7
2	Grundlagen, Verfahren und Methoden	12
2.1	Meine therapeutische Haltung	12
2.2	Rollen der Therapeut:innen: Bergführer:in, Expert:in, Ressourcentröffelschwein	14
2.3	Traumafolgestörungen und Dissoziation	15
2.4	EMDR-Intensivtherapie	18
	EMDR kurz vorgestellt	18
	Intensiv-EMDR auf der Isle of Wight	21
	Studien zu Intensiv-EMDR	24
	EMDR und Intensiv-EMDR in der Traumaklinik des Gezeiten Hauses	27
2.5	Systemische Therapie	30
2.6	Weitere Verfahren und Methoden	33
	Hypnotherapie und hypnosystemische Therapie	33
	Ego-State-Therapie	35
	Stabilisierungstechniken	36
	Zapchen	42
2.7	Weitere Grundlagen	45
	Atmosphärische Intelligenz	45
	Epistemisches Vertrauen	45
	Salutogenese	46
3	Der Guhl, das ganz Kleine und die tentakeligen Monster – die Fallgeschichte	49
3.1	Der Anfang	49
3.2	Die Therapiephase	51
3.3	Die Therapie danach	110
3.4	Epilog zur Fallgeschichte	126

4 Integration von konzentrierter EMDR-Intensiv- therapie in ambulante und stationäre Kontexte	132
Literatur	135