Reddemann, Luise / Dehner-Rau, Cornelia
Trauma verstehen, bearbeiten, überwinden

Extrait du livre

Trauma verstehen, bearbeiten, überwinden
de Reddemann, Luise / Dehner-Rau, Cornelia
Éditeur : MVS Medizinverlage Stuttgart

https://www.editions-narayana.fr/b25477

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Â Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
https://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

Stichwortverzeichnis

A
Achtsamkeit 138
Albträume 52
Alkoholabhängigkeit 27
Amnesie 43, 66
– dissoziative 103
– hippocampale 33
Angst 32, 94
– Schutz, Dissoziation 99
– Übung 96
Angststörung 23, 27, 55
– Medikamente 74
Antidepressiva 74, 75
Arbeitslosigkeit 14
Auseinandersetzung, innere 39

B
Baby, Bezugsperson 17
BASK-Modell 88
Behandlung, medikamentöse 73
Belastungsreaktion
– akute 42
– posttraumatische 60
Belastungsstörung, posttraumatische 48, 78
– chronisch-komplexe 67
– Definition 49
– Diagnosekriterien 60
– Faktoren 38
– Folgestörungen 53
– komplexe 51
  – Kriterien 61
– Krankheitsbilder 52
– Risikofaktoren 62
Belohnung 137
Benzodiazepine 76
Beruhigungsmittel 76
Bewältigungsmechanismen 43
Bezugsperson 17
– verlässliche 23
Bindung 16
– Eltern 16
– Entwicklung 19
– sichere 14, 17
– unsichere 18, 20
Bindungsmuster 17, 18
Bindungsstörung 20
Bindungstheorie 16
Bindungsverhalten 17
– übersteigertes 21
Borderline-Persönlichkeitsstörung 52
– Diagnosekriterien 63
– Entstehung 66
Brüder Löwenherz 131
Bulimie 115
Burnout 78

C
Coping-Strategien 43

D
Dankbarkeitstagebuch 137
Dekompensation 99
Demütigung 12, 13
Denken
– bewusstes 139
– eingeengtes 33
Depersonalisation 58, 69
Depression 22, 27, 55
– Medikamente 74
Derealisation 58
Dissoziation 57, 58, 67
– erkennen 101
– Übung 102, 104
Distanzierungstechnik 86

E
Eingriffe, medizinische 13
Einstellung
– gesündere 140
Eltern
– Kind, traumatisiertes 44
– psychisch kranke 20, 22
– traumatisierte 24
  – Erklärungen, Kind 42
EMDR 82
Erfahrung, traumatische 10
– Wachstum 149
Erkrankung, PTBS 53
Ess-brech-Sucht 56
Essstörung 56
– Selbsthilfe 115
Esssucht 56
Exposition, prolongierte 81

F
Fieber, hohes 13
Flashbacks 52, 60, 102
Flow-Zustand 136
Flucht 30, 33
Fremdheitsgefühl 40
Frühgeborene 17
Fürchten-Lernen 32

G
Gedächtnislücken 57
Gefühle 37, 106
– gute, Übung 142
Gefühlsüberflutung 12
Gehirn 31
– Vorstellungskraft 135
Geschichte 152
– Heilung 127
Gewalt 41
– medizinisch notwendige 13
– sexualisierte 12
Gewaltfantasien 114

H
Heilungskräfte 149
Helfer, Traumatisierung 53
Hilflosigkeit 12
Hippocampus 31, 33

I
Identitätsstörung 64, 66, 69
Identitätsunsicherheit 64, 68, 69
Imaginary Rescripting 82
Imagination 129, 152
Impulsivität 67
Informationsvermittlung 77
Intrusion 39, 60

K
Kampf 30, 33
Karlsson vom Dach 131
Kind
– Bezugsperson 18, 19, 23
– Bindungsmuster 17, 18
– Eltern, traumatisierte 42
– inneres 114
  – beruhigen 152
– Schutzfaktoren 18
– Selbsttötungstendenz 50

aus: Reddemann u.a., Traum verstehen · bearbeiten · überwinden (ISBN 9783432111049) © 2020 Trias Verlag

– traumatisiertes 44
  – Umfeld, haltgebendes 45
– Traumatisierung 12
– Vernachlässigung 12, 14
Kinder aus Bullerbü 130
Kohärenz 150
Komorbidität 63
Konstriktion 39, 43
Kontrollverlust 49, 114
Körper, Bedürfnisse 107
Krieg 11
– Traumatisierung 120
Kriegserfahrungen 121

L
Lebensumstände, Veränderung 128
Lernen 31
Liebe 17, 114, 141

M
Madita 131
Magersucht 55, 115
Mandelkerne 32
Man-made-Traumata 11
Märchen 148
Mäßigung 141
Michel aus Lönneberga 130
Mio, mein Mio 131
Mobbing 14
Monotrauma 82, 89
MPTT 82

N
Naturkatastrophen 11
Neuroleptika 75
Neuroplastizität 31

O
Ohnmachtsgefühle 12, 44
Opferhilfegesetz 158
Opferrolle verlassen 124, 143, 152
Opiate 33, 76
Optimismus 140

P
Panik 12, 40, 96
– Schutz, Dissoziation 99
– Übung 97
Panikstörung 55
Partner
– Täter 119
– traumatisierter 119
Partnerschaft 118
Persönlichkeitsstörung 24
Pessimismus 140
Pippi Langstrumpf 130
PITT 82
Pro-aktivität 143
Psychopharmaka 113
Psychopharmakotherapie 73
Psychose 22, 59
– Medikamente 75
Psychotherapie 72, 79
– Verdrängtes 99
PTBS 48
– einfache
  – Traumakonfrontation 80
– komplexe 53
  – Traumakonfrontation 87
– Risikofaktoren 62
– Suchtgefahr 73
– Symptome 52

R
Reizbarkeit 40, 52, 53
Reizschutz 49
Resilienz 44
Ressourcen 43, 49
Ressourcenliste erstellen 125
Ressourcenorientierung 124
Retraumatisierung 27, 112
Rollenumkehr 21, 22, 24, 45
Ronja Räubertochter 132

S
Säugling, Bezugsperson 17
Schamgefühle 41
Schicksalsschlag 11, 149
Schizophrenie 22, 59
Schlafmittel 75
Schlafstörung 36, 40, 52, 53, 61
– Medikamente 75
Schmerzen 55
– Umgang, hilfreicher 108
Schmerzstörung 55
– Medikamente 75
Schreckhaftigkeit 53, 61
Schuldgefühle 38, 41, 44
Schutzfaktoren 49
Schutzmechanismen 37
Seele, Geschichte 152
Selbstbeobachtung 86, 102
Selbstberuhigung 97
Selbstbestimmung 126
Selbst-Bewusstheit 144
Selbstheilung 39
Selbstmanagement 97
Selbstmordgefährdung 50
Selbsttötungsversuch 37, 113
Selbstverletzung 67, 113
– Behandlungsvertrag 114
– Medikamente 76
Selbstvorwürfe 38
Selbstwirksamkeit 49
Selbstzustand
– teilabgespaltener 65
– vollabgespaltener 65
Sicherheit
– äußere 45, 76
– innere 90
Spiritualität 141
Stabilisierung 43
– traumaspezifische 77
Stärken 134, 135
Stimmungsschwankungen 67
Störung
– affektive 27
– dissoziative 58
  – Diagnosekriterien 64
  – einfache 64
  – komplexe 65
Stress 40
– akuter 30, 33
– traumatischer 31, 61, 111
  – Anzeichen 35
Stresshormone 33
Stresssituation, Körperreaktionen 34
Sturz 13
Suchterkrankung 23, 108
– Traumatisierung, frühkindliche 110
Sucht, Hilfe 112

T
Täterkontakt 80, 91
Therapeutin
– finden 79
– Haltung 85
Therapie
– kognitiv-behaviorale 81
– psychodynamische 82
Todesangst 12, 40
Totstellreflex 30, 33
Trancezustand 69
Tranquilizer 76
Trauer 45

aus: Reddemann u.a., Traum verstehen · bearbeiten · überwinden (ISBN 9783432111049) © 2020 Trias Verlag

Trauerarbeit 78
Trauma 11
– Definition 13
– Folgen 30
– Häufigkeit 26
– Kontext, sozialer 12
– mögliche, Auflistung 15
– Partnerschaft 118
– Sinnfrage 150
– Umgang 14
– Verarbeitung, gesunde 39
Traumaadaptierung 80
Traumabearbeitung 84
Traumabewältigung 48
Traumafolgestörung 13, 26, 27, 35
– akute, Bewältigungsmechanismen 42
– Behandlung 72
– Dissoziation 58
– Symptome 36, 38
Traumakonfrontation 80, 83
– Kontraindikation 89
– Nutzen 88
– Therapieverfahren 91
– Voraussetzungen 87
Traumapsychotherapie
– Phasen 76
Traumatherapie
– mehrdimensionale psychodynamische 82
– Phasen 72
– psychodynamisch imaginative 82
– Verfahren 73
traumatic growth 149
Traumatisierung
– erkennen 38
– kollektive 11
– transgenerationelle 121
Traumaverarbeitung 33
– Faktoren 62
Trost 155
– innerer 88
Tugenden 141

U
Übererregung 61
Übererregungssymptome 36
Übertragung 121
Übung
– Alltagssituation, belastende 133
– Angst, Umgang 96
– Beobachter, innerer 86
– Bildschirm 86
– Dankbarkeitstagebuch 137
– Dissoziation, Umgang 104
– Einstellungen, gesündere 140
– Flow-Zustand 136
– Gefühle, gute 142
– Panik, Umgang 97
– Ressourcenliste 125
– Selbstbeobachtung, Dissoziation 102
– Spaziergang, achtsamer 138
– Tresor 115
– Wutraum 115
Unfall 13
Unfall-Risiko-Typ 20

V
Vergnügungen 137
Verkehrsunfälle 11
Vermeidungssymptome 36
Vermeidungsverhalten 61
Vernachlässigung 110
Verwirrung 40
Vorstellungsvermögen 134

W
Wahrheit, innere 126
Weisheit
– innere 98
Weltkrieg, zweiter 120
Wertesysteme 12
Wichtigste zuerst 146
Wiedererleben 60
Wut 45

Z
Zwangsstörung 23, 55
– Medikamente 74

Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen. So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen. Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

Kontakt:
kundenservice.thieme.de

Lektorat TRIAS Verlag
Postfach 30 05 04
70445 Stuttgart

Abonnieren Sie unsere Newsletter:
www.trias-verlag.de/newsletter

Besuchen Sie uns auf facebook
www.facebook.com/trias.tut.mir.gut

Besuchen Sie uns auf facebook
www.facebook.com/mama.mag.trias

Folgen Sie uns auf Instagram
www.instagram.com/trias_verlag

Lassen Sie sich inspirieren
www.pinterest.com/triasverlag

aus: Reddemann u.a., Traum verstehen · bearbeiten · überwinden (ISBN 9783432111049) © 2020 Trias Verlag

Reddemann, Luise / Dehner-Rau, Cornelia

Trauma verstehen, bearbeiten, überwinden

Ein Übungsbuch für Körper und Seele

164 pages, broché
publication 2020

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain www.editions-narayana.fr