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

Reading excerpt

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

https://www.narayana-verlag.com/b25477

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Â Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
https://www.narayana-verlag.com

Einleitung

Mit diesem Buch richten wir uns an Menschen, die wissen oder vermuten, dass sie ein Trauma erlitten haben. Es soll helfen, sich über Trauma, Traumafolgen und die Möglichkeiten, mit Traumata fertig zu werden, zu informieren. Des Weiteren geben wir Informationen zur posttraumatischen Belastungsstörung, zur komplexen posttraumatischen Belastungsstörung und den Krankheitsbildern, die häufig damit auftreten.

Wir möchten auch Angehörigen und Freunden von Menschen mit Traumafolgestörungen Informationen und Hilfe zur Verfügung stellen. Wir wissen, dass etwa ein Drittel der Menschen, die traumatische Erfahrungen machen, damit im Lauf der Zeit fertig werden, ohne krank zu werden. Dies halten wir für wichtig und bedenkenswert. Von diesen Menschen kann man nämlich lernen. Wir möchten Sie anregen, sich Ihre eigenen Selbstheilungskräfte bewusster zu machen und zu prüfen, inwieweit diese – falls nötig neben einer Therapie – genutzt werden können.

Traumatische Erfahrungen zeichnen sich ganz besonders dadurch aus, dass man sich hilflos und ohnmächtig fühlt. Daher möchten wir Sie ermutigen, sich im Fall einer Therapie einen Behandler zu suchen, der Sie partnerschaftlich behandelt. Eine gute Therapie erkennt man daran, dass man Ihnen hilft, Ihre Probleme zu bewältigen. Traumatische Erfahrungen fordern uns heraus, alles einzusetzen, was wir zur Verfügung haben, um zu heilen. Wir werden Ihnen daher verschiedenste Möglichkeiten der Selbsthilfe und der Therapie aufzeigen. Wir raten sehr dazu, sich Zeit zu lassen, das herauszufinden, was wirklich zu einem passt.

Prof. Dr. med. Luise Reddemann
Dr. med. Cornelia Dehner-Rau

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, pb
publication 2020

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com