

# Mit der Vergangenheit in der Gegenwart leben



Brigitte Hüllemann  
**Einführung in die Traumatherapie**  
128 Seiten, Kt, 2019  
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40  
ISBN 978-3-8497-0267-0  
Auch als **eBook** erhältlich

## Über das Buch



Brigitte Hüllemann  
**Einführung in die Traumatherapie**  
128 Seiten, Kt, 2019  
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40  
ISBN 978-3-8497-0267-0  
Auch als **eBook** erhältlich

Etwa siebenzig Prozent der Erwachsenen machen im Lauf ihres Lebens auf die eine oder andere Weise eine traumatische Erfahrung. Die häufigste krankhafte Folge ist die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS).

Brigitte Hüllemann beschreibt die neurophysiologischen und psychologischen Reaktionen nach Traumata und erläutert die PTBS-Diagnostik sowie verschiedene Behandlungsansätze. Für therapeutische Interventionen kurz nach einem akuten Trauma sind das vor allem psychologische Methoden, Stressmanagement und eine pharmakologische Behandlung. Bei verzögerter Symptomatik bzw. nach chronischer Traumatisierung stützt sich die Therapie überwiegend auf Psychoedukation, Emotionsregulierung sowie körperbezogene und kognitive Methoden. Dabei zielt die therapeutische Begleitung darauf ab, das Leben des Patienten im Alltag zu stabilisieren, das Traumaereignis in seiner Bedeutung zu verändern und in die Lebensgeschichte einzubinden.

Diese Einführung vermittelt die Grundprinzipien der Traumatherapie allen professionellen Helfern, die auf die eine oder andere Weise mit dem Thema konfrontiert sind. Neben Psychologen, Ärzten und Seelsorgern profitieren auch Notfallhelfer, Sozialarbeiter und Berater von der langjährigen klinischen und praktischen Erfahrung der Autorin.

## Ich bestelle:

Ex. \_\_\_\_\_ **Einführung in die Traumatherapie** ISBN 978-3-8497-0267-0  
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40

Ich bin an weiteren Informationen per eMail interessiert

Ja, ich möchte den **Carl-Auer Newsletter** abonnieren.  
 Ja, ich möchte aktuelle **Buchempfehlungen** erhalten.

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Unterschrift/Datum \_\_\_\_\_

**Carl-Auer Verlag GmbH**  
Vangerowstr. 14  
69115 Heidelberg

## Über die Autorin



**Brigitte Hüllemann**, Dr. med; Fachärztin für Innere Medizin, Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin; Ausbildung in Hypnotherapie nach Milton Erickson (Universität Tübingen, MEG-Institut Rottweil), Ego-State-Therapie, Prozess- und Embodiment-fokussierte Psychologie (PEP); Imaginative Traumatherapie (PITT).

### Weitere Titel:



Silvia Zanotta  
**Wieder ganz werden**  
Traumaheilung mit Ego-State-Therapie und Körperwissen  
264 Seiten, Kt, 2018  
€ (D) 34,95/€ (A) 36,-  
ISBN 978-3-8497-0243-4  
Auch als **eBook** erhältlich



Reinert Hanswille  
Annette Kissenbeck  
**Systemische Traumatherapie**  
Konzepte und Methoden für die Praxis  
398 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2014  
€ (D) 34,-/€ (A) 35,-  
ISBN 978-3-89670-753-6



Kai Fritzsche  
**Praxis der Ego-State-Therapie**  
328 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2018  
€ (D) 34,-/€ (A) 35,-  
ISBN 978-3-89670-867-0

Bei Bestellungen über [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de) liefern wir deutschlandweit portofrei.

## Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>8</b>	<b>6 Therapiekonzepte: Medikamente, innovative und experimentelle Verfahren</b>	<b>56</b>
<b>1 Was ist ein Trauma, eine posttraumatische Belastungsstörung?</b>	<b>11</b>	6.1 Medikamentöse Therapie	57
1.1 Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)	11	6.2 Innovative und experimentelle Verfahren	58
1.2 Prävalenz traumatischer Ereignisse, Prävalenz posttraumatischer Belastungsstörungen	14	<b>7 Therapiekonzepte: Sprache, Trance, Bilder</b>	<b>60</b>
1.3 Erweiterung der diagnostischen Kriterien der posttraumatischen Belastungsstörung	16	7.1 Kognitive Verhaltenstherapie	60
1.4 Koexistierende psychische Störungen bei posttraumatischer Belastungsstörung	18	7.2 Hypnose und Hypnotherapie, hypnosystemische Traumatherapie (siehe Schmidt 2017)	62
1.5 Koexistierende somatische Störungen bei posttraumatischer Belastungsstörung	21	7.3 Kombinierte, auf Ressourcen- und Symbolarbeit fokussierte Traumabearbeitungstherapien	64
<b>2 Grundbedürfnisse des Menschen und die Folgen fehlender Befriedigung</b>	<b>23</b>	7.4 Psychodynamisch imaginative Traumatherapie	64
2.1 Die menschlichen Grundbedürfnisse	23	7.5 Arbeit mit dem inneren Kind	66
2.2 Unerfüllte Bindungsbedürfnisse der Kinder und Heranwachsenden und ihre Folgen	23	7.6 Gruppentherapie	68
2.3 Resilienzkkräfte versagen, eigene Bedürfnisse werden nicht mehr erfüllt	25	<b>8 Therapiekonzepte: Teile der Persönlichkeit</b>	<b>69</b>
<b>3 Dissoziation, ein Schutzmechanismus zum Überleben</b>	<b>27</b>	8.1 Ego-State-Therapie, das SARIA-Modell als Arbeitsgrundlage (Phillips u. Frederick 2003; Hartman 2017a)	72
3.1 Das Kontinuum von der normalen zur pathologischen Dissoziation	27	<b>9 Therapiekonzept: Das innere Gleichgewicht von Geist und Körper wiedererlangen</b>	<b>96</b>
3.2 Dissoziation: ein grundlegender Konflikt – Das Dissoziationsmodell von Nijenhuis	28	9.1 Atemübungen	97
<b>4 Die posttraumatische Belastungsstörung – eine somatopsychische Störung</b>	<b>32</b>	9.2 Achtsamkeit, Achtsamkeitsübungen	98
4.1 Die dreiteilige Struktur des Gehirns (Maclean 1990)	32	9.3 Körperbewusstsein und Körpergewahrsein	101
4.2 Erinnerungen und Gedächtnis, Einfluss durch traumatische Ereignisse	33	9.4 Die therapeutische Bedeutung des haptischen Sinns, »Berühren«	104
4.3 Einfluss traumatischer Ereignisse auf Biologie und Neurophysiologie des Organismus	36	9.5 Notfallkoffer	109
4.4 Multimodale Behandlung der posttraumatischen Belastungsstörung	40	<b>10 Anhang</b>	<b>111</b>
<b>5 Besonderheiten der therapeutischen Beziehung und Kontaktgestaltung bei chronischer PTBS</b>	<b>43</b>	10.1 Welche Therapie ist hilfreich?	111
5.1 Therapeutische Absprachen und Interventionen	44	10.2 Dissoziation und ihre Subsysteme bei Nijenhuis	113
5.2 Widerstand und Abwehr des Patienten	50	10.3 Neurophysiologische und verhaltenspsychologische Veränderungen, traumabedingte Reaktionen	114
5.3 Beziehungsfallen und Selbstschutz des Therapeuten	54	10.4 Einfluss traumatischer Ereignisse auf den »Felt Sense«, das Körpergefühl (E. T. Gendlin)	116
		10.5 SIBAM-Modell und Lebensfluss-Modell von P. A. Levine	117
		10.6 Polyvagal-Theorie von S. W. Porges	120
		<b>Danksagung</b>	<b>122</b>
		<b>Literatur</b>	<b>123</b>
		<b>Über die Autorin</b>	<b>128</b>