Erschienen am 18.11.2012
96 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0
ISBN: 978-3-87387-914-0

Fabienne Berg

Mut, Kraft und Liebe wünsche ich dir

Fantasiereisen für Erwachsene mit traumatischen Erfahrungen in der Kindheit. Mit CD

Dieses Buch richtet sich an alle, die Opfer sexueller und seelischer Gewalt wurden. Es möchte den Betroffenen Mut machen, an ihre Heilung zu glauben und niemals aufzugeben. Da sich Mut aber in der Praxis beweisen muss, ist dieses Buch auch ein ganz konkretes Übungsbuch. Das Herzstück bilden zehn Fantasiereisen, von denen sich jede einem ganz speziellen, für die Heilung relevanten Thema widmet. Der Autorin diente ihre eigene Genesungsgeschichte genauso als Grundlage wie Erfahrungsberichte von anderen Betroffenen.

Doch keine Genesung ohne Helfer. Deshalb richtet sich dieses Buch auch ganz besonders an all die engagierten Helferinnen und Helfer, ohne die wohl die meisten Menschen mit komplexer PTBS niemals aus der eigenen inneren Isolation finden würden. Für sie ist es interessant zu erfahren, wie eine Betroffene ihre Heilung beschreibt und welche Themen Betroffene in der Rückschau als besonders prägnant empfunden haben.

Autorenprofil

Fabienne Berg

Fabienne Berg hat Sprach- und Sozialwissenschaften mit dem Schwerpunkt außeruniversitäre Erwachsenenbildung studiert. Vor dem Hintergrund ihrer eigenen Traumabewältigung befasst sie sich vor allem mit den Auswirkungen seelischer Verletzungen sowie mit den Zusammenhängen von Heilung und Selbstfindung. Besonders liegt ihr am Herzen, andere Menschen für ihre individuellen Entwicklungsmöglichkeiten zu sensibilisieren und sie auf ihrem Heilungsweg zu unterstützen und zu stärken.

Pressestimmen