

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	6
<b>Kapitel 9:</b> Wann ist es Zeit für Traumatherapie – und wann nicht? .....	17
<b>Kapitel 10:</b> Grundhaltungen der Traumaarbeit .....	25
<b>Kapitel 11:</b> Wieso brauchen Frauen und Männer verschiedene Therapien? .....	49
<b>Kapitel 12:</b> Ambulante und/oder stationäre Traumabehandlung? .....	65
<b>Kapitel 13:</b> Weshalb beginnt Traumatherapie mit Stabilisierung und Ressourcen-Aktivierung? .....	91
<b>Kapitel 14:</b> Was heißt hier Täter-Opfer-Spaltung? .....	129
<b>Kapitel 15:</b> Was ist bei der Traumatherapie mit rituell misshandelten Menschen zu beachten? .....	161
<b>Kapitel 16:</b> Wie lässt sich das Trauma-Schema verändern? .....	183
<b>Kapitel 17:</b> Wie lernt man, mit Flashbacks, Täterintrojekten und anderen heftigen Gefühlszuständen umzugehen? .....	207
<b>Kapitel 18:</b> Und nun die Traumadurcharbeitung .....	237
<b>Kapitel 19:</b> Psychohygiene: Die Mitempfindens-Müdigkeit verhindern .....	275
<b>Nachwort</b> .....	297
Literatur .....	300
<i>Anhang 1:</i> Checkliste: Stadien der Traumaarbeit .....	321
<i>Anhang 2:</i> Selbstverletzung: Dem Teufelskreis entkommen .....	326
<i>Anhang 3:</i> Lauter kreative Ideen – Tipps und Tricks, wenn „nichts mehr geht“ .....	333
<i>Anhang 4:</i> Behandlungsrichtlinien der ISSD für Erwachsene und für Kinder .....	347
<i>Anhang 5:</i> Empfehlenswerte stationäre Therapie-Einrichtungen .....	386
Stichwortregister .....	392