



Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften

Luise Reddemann

Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften

Luise Reddemann

Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften. 60 Min.

Audio CD

Der traumatherapeutische Ansatz von Luise Reddemann, den die Autorin in ihrem Buch "Imagination als heilsame Kraft" vorgestellt hatte, stieß bei vielen tausend Menschen - PatientInnen und TherapeutInnen - auf große Akzeptanz. Ergänzend zu diesem Praxisbuch ist nun eine CD mit den wichtigsten Übungen zur Stabilisierung traumatisierter Menschen erhältlich. Weil Patienten, die unter den psychischen und physischen Folgen eines Traumas leiden, meist extremen Gefühlen von Ohnmacht und Ausgeliefertsein ausgesetzt waren, ist es für sie besonders wichtig, immer wieder die Erfahrung zu machen, jetzt in Sicherheit zu sein und Selbsthilfekräfte mobilisieren zu können. Durch die Übungen zur Achtsamkeit, zum Auffinden innerer Helfer und zum Umgang mit belastenden Gefühlen werden diese Aspekte unterstützt, die Entwicklung eigener Ressourcen wird gefördert. Alle Übungen werden von der Autorin selbst gesprochen, jedes "Thema" durch ruhige Zwischenmusik getrennt. Eine sinnvolle Ergänzung eines hilfreichen Buches!

 [Download Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übung ...pdf](#)

 [Online lesen Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übu ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften Luise Reddemann

Einband: Audio CD

Pressestimmen

»Tolle Übungen, die gut umzusetzen sind und für Jeden eine Möglichkeit bieten, damit zu arbeiten und dies nicht nur mit traumatisierten Patienten, sondern auch einfach für die eigene Psychohygiene und das eigene Wohlbefinden.«

Dipl.-Sozialpäd. Sabine Stahl, www.socialnet.de, 11/2009

»Es ist ein sehr gut verständliches Buch, das insbesondere durch seine Praxisnähe besticht, die gerade in den helfenden Berufen, in denen es darum geht, Mittel und Wege zu finden, Klienten zu stärken und ihnen zu einem inneren Gleichgewicht zu verhelfen, wichtig ist. Dabei vereint Reddemann viele unterschiedliche Bereiche (Kunst, Religion und Körperübungen) und lässt sie in ihrem Sinne 'arbeiten' und somit für den Patienten.«

Saskia Niemann, media-mania.de, Februar 2007

»Fazit: sehr empfehlenswert - sowohl für TherapeutInnen, als auch für Menschen, die kompetente und einfühlsame Information von einer erfahrenen Therapeutin zum Thema Traumatherapie suchen.«

Globuli, Heft 11/2006

»Die Autorin ist Leiterin der Klinik für psychotherapeutische und psychosomatische Medizin in Bielefeld und gilt als eine der herausragenden Persönlichkeiten in Bezug auf die Behandlung schwer traumatisierter Menschen. Sie beschreibt in ihrem Buch die einzelnen Phasen der Traumabehandlung unter Einbeziehung der von ihr entwickelten imaginativen Techniken... Das Buch ist nicht nur geeignet als Anregung für Therapeuten. Es ist auch eine gute Informationsquelle für traumatisierte Menschen und für all diejenigen, die mit Hilfe der Imagination zu einer inneren Stabilität finden möchten.«

Doris Landeck, Zeitschrift für das Fürsorgewesen, April 2006

»Empfehlenswerter "Doppelpack"

Während in dem Buch aufeinander aufbauende Imaginationsübungen beschrieben werden, bietet die Hör-CD einen direkten Einstieg in die Welt der Vorstellungskraft. Sorgsam ausgewählte Imaginationsübungen, umrahmt von Lautenmusik des Mittelalters, werden in guter Tonqualität und ansprechender Aufmachung präsentiert. Für Stabilisierungsgruppen stellt die CD eine wohltuende Ergänzung dar. ...

Buch und CD bieten eine angenehme Möglichkeit für Klienten, wieder die (Selbst-)Kontrolle zu übernehmen, gerade nach vielfältigen Traumata. Ärzten und Psychotherapeuten können beide Medien zur eigenen Psychohygiene dienen und damit einem Burnout vorbeugen - ein empfehlenswerter "Doppelpack".«

Gaby Breitenbach, Deutsches Ärzteblatt, Heft 4, 2004

»Dieses erfolgreiche Buch der Autorin, die die Traumadiskussion im deutschsprachigen Raum seit zehn Jahren entscheidend mitprägt, versteht sich als ein Bericht aus der Werkstatt. Praxisnahe Beispiele sollen dazu anregen, einen ressourcenorientierten Ansatz in der Arbeit bei Patienten mit Traumafolgen zu erproben.

...

Somit stellen die zahlreichen Übungsanleitung, wirkungsvoll unterstützt durch eine Hör-CD, eine wertvolle Hilfe beim Aufbau neuer Ich-Funktionen dar ...« Peter Geißler, Wiener Landesverband für Psychotherapie, Dez. 2003

»... Viele dieser Übungen sind so ausführlich beschrieben und nachvollziehbar, so dass es reizt, sie umgehend in der Beratungspraxis einzusetzen. ...

Selten bin ich auf ein Buch gestoßen, das gleichermaßen Fachleute als auch Ratsuchende durch eine praxisnahe Sprache anspricht. So wird es für die einen roter Faden in der Arbeit mit Traumatisierten und für die anderen wichtiger Begleiter auf dem Weg der Heilung.« Rudolf Sanders, *beratung aktuell*, 1-2004

»Die anschauliche und einfühlsam beschriebenen Übungen und Erklärungen machen Mut - Mut, dass es möglich ist, einen besseren Umgang mit den Traumafolgen zu erlernen und mehr Lebensqualität im Heute zu erfahren. Betroffene können ebenso wie Fachpersonal viel daraus mitnehmen.« Anne Mühlbauer, *Traumazone*, 26.10.2010

»Unter Mitarbeit von Veronika Engl und Susanne Lücke beschreibt die Autorin in fünf Teilkapiteln imaginative Arbeit bei Personen mit posttraumatischen Belastungsstörungen. Die Therapie, an der überwiegend Frauen teilnehmen, ist dreiphasig konzipiert: Auf eine Stabilisierungsphase folgt eine Phase der Begegnung mit dem Trauma, eine Phase der Integration bildet den Abschluß. Das Thema wird in gut verständlicher Sprache dargelegt. Mit einer psychoanalytischen Grundrichtung wird eine methodenintegrative Perspektive eröffnet. Es ist den Autorinnen gelungen, aus der Praxis ein Buch für die Praxis zu schreiben.«

Joachim Koch, *Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik*

»Eine ermutigende Orientierungshilfe für Betroffene und Interessierte, für alle, die beruflich mit Traumatisierten zu tun haben.« Dörte von Drigalski, *Hamburger Ärzteblatt*

»Ziel des Buches ist es, für TherapeutInnen und PatientInnen zu beschreiben, "wie es möglich ist, trotz großem persönlichem Leid einen therapeutischen Weg zu gehen, der von Anfang an die inneren Fähigkeiten zum froh sein und zum glücklich sein ebenso berücksichtigt wie den Schmerz" (S. 14). Ein Buch auf dem neuesten Stand der Traumatherapie und ein Buch mit Herz! Ich bin begeistert von dem Buch und die Liste der KollegInnen, die es nach mir lesen wollen, ist lang.« Martin Lenz (*therapie kreativ*)

»Die Autorin hat eine Sammlung an Imaginationsübungen für Traumaopfer entwickelt. Diese Übungen kommen auch Menschen mit anderen Störungen der psychischen Balance zugute.«

(Dr. med. Mabuse) Werbetext

Die Übungs-CD zum *Leben Lernen*-Bestseller Kurzbeschreibung

Jetzt nur für kurze Zeit: Preiswerte Jubiläumsedition!

Heute wissen wir, dass vielen seelischen und psychosomatischen Erkrankungen wie Sucht, Essstörungen, Borderline-Persönlichkeitsstörungen u. v. m. sehr häufig traumatische Erfahrungen als Ursache oder Mitursache zugrunde liegen. Viele der Betroffenen verfügen - so die Beobachtung der Autorinnen - ansatzweise über erstaunliche Selbstheilungskräfte, die es zu entfalten und zu unterstützen gilt.

Aus dieser Erfahrung heraus hat Luise Reddemann zahlreiche Imaginationsübungen entwickelt und gesammelt, die Patientinnen helfen, stabiler zu werden und zu lernen, sich selbst zu trösten: »Achtsamkeit üben«, »Ein Gegengewicht zu den Schreckensbildern finden«, »Der innere sichere Ort« und viele andere. Erst wenn auf diese Weise innere Stabilität gewonnen wurde, folgt die Phase der Konfrontation mit dem Trauma (»Dem Schrecken begegnen«) und der Abschluss (»Die eigene Geschichte annehmen und integrieren«). Ergänzt wird die Imaginationstherapie durch maltherapeutische Elemente (Susanne Lücke) und durch die Körperübungen des »Qi Gong« (Veronika Engl). Verschüttete Erfahrungen, seien es Körpererfahrungen oder innere Bilder, können so wieder freigelegt werden und den Heilungsprozess fördern.

Das Buch wendet sich an Therapeutinnen und Therapeuten aller Richtungen. Die imaginativen Techniken sind in der Psychotherapie breit einsetzbar, nicht nur bei der Behandlung traumatisierter Patienten.

Betroffene können das Buch als Anleitung für imaginative Übungen nutzen.

Die Mitarbeiterinnen:

Dr. med. Veronika Engl,

Fachärztin für psychotherapeutische Medizin, ist als Oberärztin in der Klinik für psychotherapeutische und psychosomatische Medizin in Bielefeld (Johannes-Krankenhaus) tätig.

Dipl.-Psych. Susanne Lücke,

Psychoanalytische Kunsttherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie, ist Mitarbeiterin in derselben Klinik und in eigener Praxis tätig.

Download and Read Online Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften Luise Reddemann #G1Q260JVDHC

Lesen Sie Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann für online ebook Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann Bücher online zu lesen. Online Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann ebook PDF herunterladen Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann Doc Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann Mobipocket Imagination als heilsame Kraft: Hör-CD mit Übungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften von Luise Reddemann EPub