

Psychoedukation bei posttraumatischen Störungen

Manual für Einzel- und GruppenSetting - Mit einem Geleitwort von Andreas Maercker

Bearbeitet von
Alexandra Liedl, Ute Schäfer, Christine Knaevelsrud

überarbeitet 2013. Taschenbuch. 189 S. Paperback
ISBN 978 3 7945 2934 6

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Sonstige Medizinische Fachgebiete > Psychiatrie, Sozialpsychiatrie, Suchttherapie](#)

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of increasing size. Below the main text, 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' is written in a smaller, red, all-caps sans-serif font.

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Inhalt

1	Einführung	1
1.1	Psychoedukation	1
1.2	Möglichkeiten und Grenzen von Psychoedukation	2
1.3	Formen traumatischer Ereignisse und deren Folgen	3
2	Grundlagen des Manuals	5
2.1	Aufbau	5
2.2	Themenüberblick	5
3	Umgang mit dem Manual	9
3.1	Allgemeine Hinweise	9
3.2	Einsatzmöglichkeiten	9
3.3	Einzelsetting	10
3.4	Gruppensetting	11
4	Therapeutische Herausforderungen	19
4.1	Formale Herausforderungen	19
	Einhalten der begrenzten Zeit in der Blitzlichttrunde	19
	Geste „Wort weitergeben“ wird nicht eingehalten	19
	Keine Meldung, die Wiederholung der letzten Sitzung zu übernehmen	20
	Aufgabe „Wiederholung der letzten Stunde“ bereitet Schwierigkeiten	20
	Übungen werden nicht ausgeführt	20
4.2	Inhaltliche Herausforderungen	21
	Schildern von traumatischen Erfahrungen im Gruppensetting	21
	Erlebte Kluft zwischen Patient und Therapeut	21
	Emotionale Belastung der Teilnehmer	22
	Schweigen der Teilnehmer	22
	Scham	23
	Hoffnungslosigkeit und Ohnmachtsempfinden (negative Glaubenssätze)	23
4.3	Notfälle	24
	Akute Suizidalität	24
	Intrusionen und Flashbacks	25

Das Manual

Modul 1: Psychoedukation – ein erster Schritt auf dem Weg durch das Labyrinth	29
Infoblatt	38
Zeitplan mit Themen	39
Modul 2: Sie können verändern und dürfen entscheiden – gemeinsam sind wir stärker	40
Leitsätze	44
Übungsblatt	45
Modul 3: Trauma – auch tiefe Wunden können heilen	46
Infoblatt	52
Übungsblatt	53
Modul 4: Posttraumatische Belastungsstörung I – eine normale Reaktion auf ein abnormes Ereignis	54
Infoblatt	63
Übungsblatt	65
Modul 5: Posttraumatische Belastungsstörung II – nicht hilflos ausgeliefert	66
Infoblatt	71
Übungsblatt	73
Modul 6: Dissoziation – bleiben Sie im Hier und Jetzt	74
Infoblatt	79
Übungsblatt	80
Modul 7: Vergessen – und Erinnerungshilfen	81
Infoblatt	86
Übungsblatt	87
Modul 8: Schmerzen – und Entlastung	88
Infoblatt	94
Übungsblatt	95
Modul 9: Depression – tauchen Sie wieder auf	96
Infoblatt	103
Übungsblatt	105
Modul 10: Schlafstörungen – entspannen Sie sich	106
Infoblatt	111
Übungsblatt	112

Modul 11: Angst – nur Mut	113
Infoblatt	121
Übungsblatt	122
Modul 12: Aggressionen – gehen Sie es an	123
Infoblatt	129
Übungsblatt	131
Modul 13: Lassen Sie sich helfen, helfen Sie sich selbst	132
Infoblatt	138
Übungsblatt	139
Modul 14: Das Leben zurückerobern	140
Infoblatt	145
Modul 15: Abschlussfest	146
Zusatzmodul: Trauer – lassen Sie sich Zeit	147
Infoblatt	156
Übungsblatt	157
Exkurs: Rahmenbedingungen der therapeutischen Arbeit im interkulturellen Kontext	158
Die Arbeit mit Dolmetschern im therapeutischen Setting.....	158
Besonderheiten in der Arbeit mit traumatisierten Flüchtlingen	159
Hilfreiche Tipps zur Psychoedukation mit Traumatisierten	160
Zusatzmodul: Integration – wagen Sie Neues	161
Infoblatt	165
Übungsblatt	166
Anhang: Achtsamkeits- und Entspannungsübungen	167
Achtsamkeitsübung.....	167
Entspannungsübung 1: Sicherer innerer Ort.....	167
Entspannungsübung 2: Progressive Muskelrelaxation	168
Entspannungsübung 3: Tiefe Bauchatmung.....	171
Literatur	173