



## **Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann**



**Download**



**Online Lesen**

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

# Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann

*Bessel van der Kolk*

**Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann**

Bessel van der Kolk

 [Download Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, G ...pdf](#)

 [Online lesen Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann Bessel van der Kolk**

---

496 Seiten

Pressestimmen

"Dr. van der Kolks Meisterwerk ..." (Judith HERMAN)

"Dieses außergewöhnliche Buch ist dazu prädestiniert, zu einem Klassiker modernen psychiatrischen Denkens zu werden. Die Wirkung überwältigender Erlebnisse kann nur umfassend verstanden werden, wenn viele verschiedene Wissensbereiche, darunter die der Neurowissenschaft, der Entwicklungspsychopathologie und der interpersonalen Neurobiologie, integriert werden, so wie es Bessel van der Kolk in seinem Buch auf unnachahmliche Weise gelingt. Kein anderes Werk über traumatischen Streß hat die genannten Bereiche wissenschaftlicher Forschung unter Einbeziehung so vielfältiger historischer und klinischer Aspekte in einen Zusammenhang gebracht, und kein anderer Autor hat aufgrund einer solchen Zusammenschau so innovative Behandlungsansätze entwickelt. Die Klarheit der Sicht und das enorme Wissensspektrum, die dieses erstaunlich gut verständlich geschriebene Buch charakterisieren, sind wahrhaft bemerkenswert. Es sollte für alle, die traumatische Belastungen und deren Wirkung auf die Gesellschaft verstehen und behandeln wollen, zur Pflichtlektüre werden." (Alexander McFARLANE)

"Dieses Buch führt uns zu einer tiefreichenden Würdigung der schwächenden Wirkung von Traumata und weckt in uns Hoffnung, zu der die faszinierenden Beschreibungen neuartiger Behandlungsansätze Anlaß geben. Dieses überragende Buch sollte Pflichtlektüre nicht nur für Psychotherapeuten sein, sondern für alle, denen es wichtig ist, das große Leid, das Traumata verursachen, zu verstehen, zu verhindern und zu behandeln." (Pat OGDEN) Kurzbeschreibung

"Eine erstaunliche Fülle von Informationen über praktisch alle Aspekte des Erlebens und der Erforschung von Traumata sowie über Interventionen und Theorien zu ihrer Behandlung vereinigt dieses Buch, das ... einer ausgeprägt holistischen Denkweise entsprungen ist. ... Das Buch ist eine wahre Goldmine an Informationen." - *European Journal of Psychotraumatology*

"*Verkörperter Schrecken* ist ein Buch von atemberaubendem, geradezu epischem Ausmaß, ein Grundlagenwerk, geschrieben von einem der wichtigsten Pioniere der Erforschung und Behandlung von Traumata. Es vereint die Erkenntnisse der neurowissenschaftlich fundierten Traumaforschung mit den neuesten Entwicklungen aus dem Bereich der körperorientierten Therapien sowie mit traditionellen Geist-Körper-Übungen, die über die bloße Symptomlinderung hinausgehen, indem sie uns mit unserer Vitalenergie verbinden und unsere Präsenz im Hier und Jetzt verbessern." - Peter A. LEVINE

Dieses Buch erschließt ein faszinierendes neuartiges Verständnis der Ursachen und Folgen von Traumata und schenkt jedem, der die zerstörerische Wirkung eines solchen Erlebnisses kennengelernt hat, Hoffnung und Klarheit. Traumata sind eines der großen gesundheitlichen Probleme unserer Zeit, nicht nur weil sie bei Unfall- und Verbrechenopfern eine so große Rolle spielen, sondern auch wegen der weniger offensichtlichen, aber gleichermaßen katastrophalen Auswirkungen sexueller und familiärer Gewalt und der verheerenden Wirkung von Mißbrauch, Mißhandlung, Vernachlässigung und Substanzabhängigkeiten.

Bessel van der Kolk, der seit über dreißig Jahren in den Bereichen der Forschung und der klinischen Praxis an vorderster Front aktiv ist, beschreibt in seinem neuen Buch, daß das Entsetzen und die Isolation im Zentrum eines jeden Traumas buchstäblich Gehirn und Körper verändern. Neue Erkenntnisse über die Überlebensinstinkte erklären, warum Traumatisierte von unvorstellbaren Ängsten, Taubheitsempfindungen und unerträglicher Wut heimgesucht werden und wie Traumata ihre Fähigkeit, sich zu konzentrieren, sich zu erinnern, Vertrauensbeziehungen aufzubauen und sich in ihrem eigenen Körper zu Hause zu fühlen, negativ

beeinflussen. Weil sie oft das Gefühl haben, ihr Leben nicht selbst steuern zu können, und weil sie wegen erfolgloser Therapien frustriert sind, fürchten viele von ihnen, eine Heilung sei für sie unmöglich geworden.

Das Buch *Verkörperter Schrecken* beschreibt auf inspirierende Weise, wie sich eine Gruppe von Therapeuten und Wissenschaftlern zusammen mit ihren Patienten bemühten, neueste Erkenntnisse aus den Bereichen der Gehirn- und Bindungsforschung sowie über Körpergewahrsein in Behandlungsmethoden zu integrieren, die geeignet sind, Traumatisierte von der Tyrannei ihrer Vergangenheit zu befreien. Diese neuen Wege zur Genesung aktivieren die natürliche Plastizität des Gehirns und nutzen sie, um gestörte Funktionen zu reorganisieren und die Fähigkeit, "zu wissen, was man weiß, und zu fühlen, was man fühlt", wiederherzustellen. Außerdem erschließen sie Erlebnisse, die jenen Empfindungen der Hilflosigkeit und Unsichtbarkeit, die mit Traumata verbunden sind, unmittelbar entgegenwirken, und ermöglichen es so Erwachsenen wie Kindern, ihren Körper und ihr Leben zurückzuerobern.

"Ein wunderbares neues Buch, das jeder, der mit Traumata konfrontiert ist, lesen und als Referenzlektüre zur Verfügung halten sollte. ... Zudem ist es sehr überzeugend, ansprechend und sogar mitreißend geschrieben und präsentiert eine grandiose Gesamtschau." - *Henry Strick van Linschoten, European Society For Trauma And Dissociation Newsletter*

Über den Autor und weitere Mitwirkende

BESSEL VAN DER KOLK, M.D., ist Gründer und medizinischer Leiter des *Trauma Center* in Brookline, Massachusetts. Außerdem ist er als Professor der Psychiatrie an der *Boston University School of Medicine* tätig und fungiert als Leiter des *National Complex Trauma Treatment Network*. Dr. van der Kolk arbeitet und lebt in Boston.

Download and Read Online Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann Bessel van der Kolk #BSZTDEYG5JA

Lesen Sie Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk für online ebook Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk 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 Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk Bücher online zu lesen. Online Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk ebook PDF herunterladen Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk Doc Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk Mobipocket Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann von Bessel van der Kolk EPub