

Inhalt

<i>Abbildungsverzeichnis</i>	9
<i>Danksagung</i>	15
 EINLEITUNG	 17
Überblick	17
Die Ego-State-Therapie als Möglichkeit, Distanz und eine andere Perspektive zu gewinnen	26
Die Ego-State-Therapie als Schlüssel zu erfolgreichen EMDR-Behandlungen im gesamten dissoziativen Spektrum	28
Die ACT-AS-IF-Behandlungsphasen	29
Die Selbst-Struktur	31
Dissoziative Barrieren als Mauern zwischen verschiedenen Funktionen	33
Normale und dissoziative Barrieren	35
Unaufgelöste Traumata wirken auf das Verhalten in der Gegenwart in Form von Reenactments ein	37
Imaginärer Freund in der frühen Kindheit	39
Der Frontanteil hat die Aufgabe, nicht zu wissen	40
Zustandsabhängiges Lernen	44
Das Täterintjekt als Präventivmaßnahme zur Erhaltung der Sicherheit	46
Identifikation mit dem Aggressor: Das Täterintjekt	49
 ASSESSMENT	 51
Assessment der Bereitschaft für die Traumaaarbeit	56
Assessment von Dissoziation mit Screening-Instrumenten	59
Assessment auf das Vorliegen von Warnzeichen	64
Die Überzeugung »Die da, das bin ich nicht« ist Teil der Behandlung	65
Wenn ein Klient unter Affektdysregulation leidet, ist es besonders wichtig, vorsichtig vorzugehen	67
Nicht-Einverständnis mit den Behandlungsbedingungen	69

CONTAINMENT UND STABILISIERUNG	71
Die Dissoziationsbehandlung: Ein Weg mit vielen Verzweigungen	71
Affektdysregulation	73
Etablieren und Erhalten angemessener Grenzen	75
Die Zone optimaler Erregung	78
Beginnen und Enden mit einem ressourcenreichen Zustand	80
Neutralität des Therapeuten: »Ich war nicht dabei.«	82
Therapeutische Resonanz	85
Der Dissoziationstisch: »Werfen Sie einen Blick in den Konferenzraum, und berichten Sie mir, was Sie dort sehen.«	87
»Hindurchsprechen« – Durch einen helfenden Anteil andere Anteile ansprechen	89
Die Bindungsverletzung: Das verzweifelte Baby	92
Beginn der Heilung von Bindungsverletzungen: Liebe in der inneren Vorstellung	94
Heilende Introjekte: Verbessern der inneren Eltern	96
Heilung abgelehnter wütender oder sich schämender Anteile: Nähren des Ungeheuers	99
Nutzung der Einweg-Co-Bewußtheit	101
Spirituelle Ressourcen willkommen heißen: Alle Hilfe, die wir bekommen können	103
Heilendes Energiefeld: Es ist größer als wir	105
Sensibilität für Energie und Intuition	107
Resonanz verbessert die Ichstärke und die Affekttoleranz	108
Ausstatten des Klienten mit Ressourcen: Wie man ein Ressourcenteam zusammenstellt	110
Entkoppeln zu stark verknüpfter Ichzustände	112
Erdung als wichtige Ressource für die Anfangsphasen der Arbeit	114
Ichstärke hilft, sich stark und gefaßt zu fühlen	116
Reframing mit Meta-Kognitionen – Gedanken über Gedanken	118
Pacing der Arbeit durch Nutzung der Dissoziation	120
Der Paulsen-Two-Step – Schritt 1: Containment der BASK-Elemente Verhalten, Affekt, Empfindung und Wissen	122
Der Paulsen-Two-Step – Schritt 2: Containment der Selbstanteile	124
Unvollständiger Abschluß: »Ich fühle mich nicht ganz so, wie es sein sollte, aber grundsätzlich ist mit mir alles in Ordnung.«	126
Vertrauen zur eigenen Affektregulationsfähigkeit entwickeln	128
Taktische Integration schließt die Arbeit hinter der Mauer ein	130

TRAUMA-ZUGANG	133
Überblick	133
Der Dissoziationstisch ermöglicht den Zugang und die Distanzierung	135
Alle Ichanteile haben Funktionen, die man verstehen kann	140
Krisenintervention mittels bilateraler Stimulation:	
Rückkehr zur Ausgangssituation ohne Offenlegung des Traumas	142
Organisierendes Prinzip der Dissoziation: Der unauflösbare Doublebind	144
Doublebind-Überzeugungen wie: »Ich bin verantwortlich, aber auch hilflos.«	146
Erste Priorität: Arbeit mit der höchsten Autorität	149
Dissoziierte BASK-Elemente: Die Container-Kids	151
Bezeugen früher Verletzungen und Empathie ihnen gegenüber	153
Desorientiertheit hinsichtlich der Zeit, des Ortes und/oder der Person	155
Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt	157
Identifikation mit dem Aggressor: Der Blick durch die Augen des Täters	159
Der Geist bewahrt alte Konfliktodynamiken auf	161
Orientierung auf die Person hin:	
Könnten Sie beide im gleichen Körper sein?	163
Orientierung auf die Person hin:	
Würden Sie bitte auf diesen Stuhl überwechseln?	165
Orientierung auf das aktuelle Jahr hin:	
Weißt du, in welchem Jahr wir uns befinden?	167
Feindseliger Widerstand: Begegnung mit dem Ungeheuer	168
Bindungsverletzungen erzeugen Mißtrauen und Argwohn	170
Kontakt zum Widerstand herstellen, indem man dem Ungeheuer bestätigt, daß es wertvoll ist	172
Eine Checkliste für die Zähmung eines »Monster«-Introjekts	174
Selbstverletzung: Eine narzißtische Wunde	176
Unter dem Monsterkostüm verbirgt sich das verletzte Kind	178
Unerfüllte Abhängigkeitsbedürfnisse	180
Gespaltene Objekte und inkompatible Ichzustände	182
Desorientiertheit bezüglich der Person:	
»Ich sehe sie nicht; das bin ich nicht.«	184
Emotionen als Daten: Sind die Drähte mit dem Armaturenbrett verbunden?	186
Das somatische Empfinden: Wo in Ihrem Körper spüren Sie es?	188
Informationen über Reenactment durch Projektion	191
Informationen über Reenactment durch projektive Identifikation:	
Wenn dem Therapeuten plötzlich Hörner wachsen	193
Die Vergangenheit durch das innere Bild eines Gartens würdigen	196

ASSOZIATION DURCH ABREAKTION	199
Einleitung	199
Taktische Integration schließt planvolle Abreaktionsarbeit ein	204
Wenn man das ganze Haus auf einmal zu reinigen versucht, entsteht Chaos	208
Fraktionierung ist eine bessere Art, an ein Trauma heranzugehen	210
Überflutung ist nicht sinnvoll, wenn man Traumata auflösen will	213
Fraktionierung ist eine bessere Art vorzugehen	216
Nutzung des ARCHITECTS-Ansatzes für die EMDR-Arbeit an komplexen Traumata	218
ARCHITECTS: A für Access (Zugang)	220
ARCHITECTS: R für Refine (Spezifizieren)	221
ARCHITECTS: C steht für Consent (Einwilligung)	223
ARCHITECTS: H und I stehen für Hypnose und/oder Imaginationsarbeit	225
ARCHITECTS: T steht für Titrierung	231
ARCHITECTS: E steht für EMDR	234
Assoziieren dissoziierter BASK-Informationskanäle durch bilaterale Stimulation	236
Auflösung von Kreiseln und Widerstand	238
ARCHITECTS: C steht für Abschluß (closure) und Containment	242
ARCHITECTS: T steht für Beruhigungswerkzeuge (tranquility tools)	244
ARCHITECTS: S steht für Stabilisierung, Synthese	246
STÄRKUNG VON FERTIGKEITEN	251
Verbessern der Leistungsfähigkeit mit Hilfe von EMDR: Schlaglöcher und Steine, Mangel an Fertigkeiten und Ablenkungen	255
INTEGRATION	259
FOLLOW-UP	265
ABSCHLUSS	267
ACT-AS-IF: Darstellung des gesamten Therapieprozesses	267
Illustration einer EMDR-Sitzung im Falle einer komplexen Traumatisierung	269
<i>Dank zum Abschluß</i>	277
<i>Literatur</i>	279
<i>Über die Autorin</i>	287