

Inhalt

Geleitworte
Vorwort
Danksagung

Teil I: Grundlagen	1
1 Psychische Traumata und andere belastende Faktoren	3
1.1 Definition psychischer Traumata	3
1.2 Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)	3
1.3 Kränkungen	11
1.4 Belastende Faktoren, die zu psychischen Verletzungen führen können	14
1.5 Postpartale/postnatale Depression	17
1.6 Traumata von Zeugung über Geburt bis zum 3. Lebensjahr	22
2 Gefühle	27
2.1 Die vier Grundgefühle	28
2.2 Kombinationen der Grundgefühle	30
3 Psyche und Körper	33
4 Akupunktur	35
4.1 Überblick	35
4.2 Wirksamkeit von Akupunktur bei psychiatrischen Störungen	36
4.3 Auswahl der Akupunkturpunkte	37
4.4 Nadel-Stichtechnik	38
4.5 Akupunkturmagnete und Akupressur	39
5 Psychotherapeuten und EX.TRACT	41

Teil II: Behandlung	43
6 Behandlungsprotokoll der EX.TRACT-Methode	45
6.1 Behandlungsindikationen	45
6.2 Diagnostik	46
6.3 Die Behandlung mit EX.TRACT in 5 Schritten	50
6.4 Exits und schwierige Situationen	64
6.5 Therapeutisches Vorgehen in besonderen Situationen	68
7 Behandlungssetting	83
7.1 Allgemeines Vorgehen	83
7.2 Wortwahl und Sprache	84
7.3 Zeit nehmen und Behandlung final abschließen	85
7.4 Nur Behandlungsserien vereinbaren	85
7.5 Nachbehandlung	86
7.6 Praxispersonal	86
7.7 Kooperative Behandlungen	87
7.8 Paartherapie	87
7.9 Coaching	89
8 Psychohygiene und Selbstschutz	93
9 Fallbeschreibungen	95
9.1 Fallbeschreibung Patient 1, Tornado	95
9.2 Fallbeschreibung Patientin 2, Tornado	97
9.3 Fallbeschreibung Patientin 3, erfolglose Reanimation des Vaters	99
9.4 Fallbeschreibung Patientin 4, Lawinenunglück	101
9.5 Fallbeschreibung Patientin 5, Akutbehandlung nach Reanimation des Partners	102
Anhang	105