

Inhalt

Einleitung (Christine Rost).....	9
Erfolgreiche Psychotherapien nutzen Ressourcen.....	9
Zugang zu Ressourcen in der Arbeit mit EMDR.....	10
1. FORSCHUNG ZUR RESSOURCENARBEIT	15
1.1 Wirkfaktor Ressourcen: Eine theoretische Betrachtung	16
(Markus Stingl & Bernd Hanewald)	16
Was sind Ressourcen? – Begriffsbestimmung und Funktion	16
Wie findet man Ressourcen? – Ressourcendiagnostik.....	20
Wie wirkt Ressourcenarbeit? – Wirkmechanismen und Wirksamkeit.....	23
Resümee	33
2. RESSOURCENARBEIT MIT KINDERN	41
2.1 Ressourcenarbeit mit Kindern (Beatrix Musaeus-Schürmann).....	42
Distanzierungstechniken: Frequenzregler und Lotuseffekt.....	42
Ich-Stärkung und Selbstwirksamkeit: Position of Power	43
Innere Helfer und Krafttier zur Ich-Stärkung.....	45
Achtsamkeit und Differenzierung.....	46
Annäherung an das belastende Ereignis, Förderung der Kontrolle	47
2.2 Körperbasiertes und ressourcenorientiertes EMDR	
mit Kindern und Jugendlichen (Peter Niederhuber)	53
Ressourcenarbeit nach dem Gedächtnisrekonsolidierungsparadigma	54
Ressourcenanamnese und Psychoedukation (Phase eins).....	56
Vorbereitung und Stabilisierung (Phase zwei)	59
Sophias Therapieergebnis	64
2.3 Das Ressourcenbild (Daniela Lempertz)	66
Anleitung für die Arbeit mit Kindern	66
Anleitung für die Arbeit mit Jugendlichen und Erwachsenen	68
Anleitung für alle.....	69
Warum malen und nicht aufschreiben?	70

3. TECHNIKEN IN DER RESSOURCENARBEIT.....	71
3.1 Flash-Technik (Peter Liebermann & Dorothee Lansch).....	72
Grundlegende Schritte der Flash-Technik.....	76
3.2 Den Folgen von desorganisierter Bindung entgegenwirken durch das Installieren einer fundamentalen Trost- und Einfühlungsressource mit EMDR (Hélène Dellucci)	79
Das Bindungssystem	79
Kooperation als Basis für die therapeutische Beziehung.....	80
Komplextrauma und desorganisierte Bindung.....	83
Eine fundamentale Einfühlungsressource installieren.....	85
Schlussfolgerung	95
3.3 Eine Differenzierungsressource installieren durch ein Rückgaberitual mit EMDR (Hélène Dellucci)	97
Differenzierung – was ist daran so wichtig?	97
Trauma und Verstrickung.....	98
Differenzierung kann gelernt werden.....	101
Eine Differenzierungsressource installieren.....	102
Wenn nötig: Rückgaberitual mit Hilfen.....	107
Schlussfolgerung	108
3.4 Vorinterventionen mit EMDR bei Patient*innen mit starkem Vermeidungsverhalten (Michèle Rondez).....	110
Level of Urge to Avoid: LOUA-Technik.....	111
Wozu-ist-es-gut-Technik	114
3.5 Die Loving-Eyes-Technik (Dorothee Lansch & Christine Rost)	118
Ablauf der Loving-Eyes-Technik nach Jim Knipe	119
Modifikation der Loving-Eyes-Technik	121
3.6 Instant Resource Installation und Extensive Resource Installation: zwei neue Techniken in der EMDR-Therapie. Theorie, Beschreibung und Fallbericht (Michael Hase)	130
Resource Installation.....	132
Instant und Extensive Resource Installation.....	134

4. THEMEN IN DER RESSOURCENARBEIT	149
4.1 EMDR Online oder E-EMDR (Gisela Roth)	150
Was zeichnet EMDR Online aus?.....	151
Eingangserwägungen zum praktischen Gebrauch von E-EMDR.....	153
Vorbereitung mit den Klient*innen	155
Vorbereitung auf eine Sitzung	157
Spezielle Klient*innen.....	159
4.2 Tierische Ressourcen: Hund und Katze in der EMDR-Psychotherapie (Silke Mehler)	162
Fürsorge für Kuscheltiere oder Tierfiguren	163
Imaginierte tierische Ressourcen	163
Beispiele aus der Praxis.....	166
EMDR mithilfe lebendiger tierischer Co-Therapeut*innen.....	167
Spezifische tiergestützte Interventionen in der EMDR-Psychotherapie	170
4.3 Wertschätzung als Ressource (Christine Rost).....	178
Übung zum Aufbau positiver Affekttoleranz (Andrew Leeds) – oder kurz: die Liebe-Übung.....	178
Übung Innere Helfer / Coach	181
Der Brief an sich selbst	183
4.4 Weitere Möglichkeiten der Nutzung des Körpers als Ressource (Christine Rost)	189
Selbstberuhigung.....	190
Der Einfluss von Spiegelneuronen in Therapien.....	194
Bewusster Einsatz bestimmter Haltungen.....	196
4.5 (Mehr)Sprache – (Mehr)Ressource (Visal Tumani).....	201
4.6 Die Polyvagal-Theorie als Ressource (Christine Rost)	210
Die Polyvagal-Theorie	210
Die Hierarchie im vegetativen Nervensystem	213
Die Autor*innen	219