

Einführung in die Ego-State-Therapie



Kai Fritzsche /
Woltemade Hartman
**Einführung in die
Ego-State-Therapie**
126 Seiten, Kt
3., überarb. Aufl. 2016
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0171-0

Über das Buch



Kai Fritzsche /
Woltemade Hartman
**Einführung in die
Ego-State-Therapie**
126 Seiten, Kt
3., überarb. Aufl. 2016
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0171-0

Jeder Mensch trägt verschiedene Persönlichkeitsanteile in sich. Üblicherweise leben diese „Ego-States“ in Einklang miteinander und werden von der Person bewusst gelenkt.

Menschen mit schweren traumatischen Erfahrungen teilen sie zum Schutz ihrer Persönlichkeit häufig unbewusst in verschiedene, gegeneinander wirkende Ich-Anteile auf. Die Ego-State-Therapie hilft, diese Ich-Anteile wieder in eine harmonische Beziehung zueinander zu bringen. Die kompakte Einführung vermittelt einen Einstieg in diese effektive Methode. Anhand von Fallbeispielen stellen die Autoren das Behandlungsmodell vor und machen mit der Konzeption und den Eigenschaften von Ego-States vertraut. Übungen, Interventionen und Skripte vermitteln grundsätzliche Techniken und bieten wertvolle Anregungen für die tägliche Praxis. Der gut verständliche Text hat sich auch als hilfreich für Patienten erwiesen.

„Ein außerordentlich lehrreiches Büchlein, das in seiner Klarheit sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene von großem Gewinn sein wird.“ Prof. Luise Reddemann

Ich bestelle:

Ex. **Einführung in die
Ego-State-Therapie**
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40

ISBN 978-3-8497-0171-0

Ex. ISBN 978-3-
Preise zzgl. Versandkosten

Name

Straße

Ort

Ja, ich hätte gerne mehr Information, bitte nehmen Sie meine
Adresse für den Newsletter in Ihren E-Mailverteiler auf.

E-Mail Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstr. 14
69115 Heidelberg

www.carl-auer.de
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax: +49 6221 6438-22 • kundenservice@carl-auer.de

Unterschrift/Datum

Über den Autor



Kai Fritzsche, Dr., Diplom-Psychologe; in eigener Praxis mit traumatherapeutischem Schwerpunkt tätig, Lehrbeauftragter und Selbsterfahrungsleiter am Institut für Verhaltenstherapie Brandenburg (IVT), Mitbegründer des Instituts für Klinische Hypnose und Ego-State-Therapie Berlin (IfHE), Ausbilder für Ego-State-Therapie.
Kontakt: mail@ifhe-berlin.de



Woltemade Hartman, Ph. D., ist klinischer Psychologe in eigener Praxis in Pretoria, Südafrika und Ausbilder in Hypnotherapie sowie Ego-State-Therapie. Er ist Autor des Buches „Ego State Therapy with Sexually Traumatized Children“ sowie zahlreicher Veröffentlichungen in Fachzeitschriften zum Thema Hypnose. Hartman unterrichtet mehrmals jährlich für die deutsche Milton Erickson Gesellschaft und hält regelmäßig Vorträge und Workshops in ganz Europa.
Kontakt: hartmanw@vodamail.co.za

Weiter Titel:



Kai Fritzsche
Praxis der Ego-State-Therapie
328 Seiten, Kt, 2. Aufl. 2014
€ (D) 34,-/€ (A) 35,-
ISBN 978-3-89670-867-0

Kai Fritzsche vermittelt das Ego-State-Modell anhand von sechs Basis-Prinzipien und stellt zu jedem die entsprechenden Vorgehensweisen in der psychotherapeutischen Praxis vor. Dabei erläutert er u. a. die prozessorientierten Ziele, Fragen der Behandlungsplanung sowie die Arbeit mit den Ego-States unterschiedlicher Ausprägung.

Inhaltsverzeichnis

Teil I:

Die Ego-State-Therapie in der ambulanten Praxis ... 14

1 Aufnahme des Kontakts mit Ego-States ... 15

- 1.1 Kontaktaufnahme über Sprachmuster der Patientinnen ... 20
- 1.2 Kontaktaufnahme über autonomes inneres Geschehen ... 21
- 1.3 Kontaktaufnahme über konkrete Symptome ... 22
- 1.4 Kontaktaufnahme über Impulse, Emotionen oder innere Zustände im Zusammenhang mit einem konkreten Thema ... 23
- 1.5 Kontaktaufnahme über Metaphern, Symbole, Geschichten oder Texte ... 24
- 1.6 Kontaktaufnahme über Kunst oder Gestaltung ... 26
- 1.7 Kontaktaufnahme über eine Affekt- oder eine somatische Brücke ... 27
- 1.8 Kontaktaufnahme über Edukation ... 28
- 1.9 Zufällige Kontaktaufnahme durch weitere Interventionen ... 29
- 1.10 Fließende Kontaktaufnahme ... 30

2 Definition von Ego-States ... 31

3 Merkmale von Ego-States ... 37

4 Die *innere Stärke* – ein besonders ressourcenreicher Ego-State ... 44

5 Entstehung und Kategorien von Ego-States ... 52

- 5.1 Normale Differenzierung ... 52
- 5.2 Introjektion bedeutsamer anderer Menschen ... 54
- 5.3 Traumatisierung ... 57

6 Ziele der Ego-State-Therapie ... 61

7 Beziehungsebenen in der Ego-State-Therapie ... 70

Teil II:

Das Behandlungsmodell der Ego-State-Therapie ... 75

8 Das Behandlungsmodell der Ego-State-Therapie ... 76

- 8.1 Phase I: Sicherheit und Stabilisierung ... 77
- 8.2 Allgemeine Interventionen der Phase I ... 82
- 8.3 Interventionen der Ego-State-Therapie in Phase I ... 86
 - 8.3.1 Einem inneren Helfer begegnen ... 87
 - 8.3.2 Arbeit mit dem inneren Beobachter ... 91
 - 8.3.3 Stärken und Ressourcen sammeln ... 93
 - 8.3.4 Das beschützende, nährende Selbst entdecken ... 94
 - 8.3.5 Schutz und Hilfe für verletzte Ego-States ... 95
 - 8.3.6 Ego-States zur Mitarbeit/Mithilfe gewinnen ... 96
 - 8.3.7 „Dissociative Table Technique“ ... 98

9 Die Phasen II–IV des SARI-Modells ... 100

- 9.1 Phase II: Schaffung eines sicheren Zugangs ... 100
 - 9.1.1 Nutzung der Dissoziation als Ressource ... 102
 - 9.1.2 Altersregression und Altersprogression ... 103
 - 9.1.3 Ideomotorische und ideosensorische Ansätze ... 105
 - 9.1.4 Affektbrücke ... 106
 - 9.1.5 Externalisierungstechniken ... 107
 - 9.1.6 Die nichthypnotische Technik mithilfe von Stühlen ... 108
 - 9.1.7 Allgemeine Betrachtungen zum Zugang zu traumatischen Erfahrungen und zu ihrer Rekonstruktion ... 113
- 9.2 Phase III: Auflösen der traumatischen Erfahrung und Restabilisierung ... 115
- 9.3 ... Phase IV: Integration und Entwicklung einer neuen Identität ... 118

Literatur ... 122

Über die Autoren ... 126