

Gordon Emmerson

# Ressourcen-Therapie

Die Einführung

Aus dem Englischen übersetzt von Tina Lüscher-Richter

2019

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>7</b>
<b>1 Was ist Ressourcen-Therapie?</b> .....	<b>10</b>
1.1 Wichtige Begriffe .....	12
1.1.1 Ressourcen-State .....	12
1.1.2 Bewusst. ....	13
1.1.3 Introjekt .....	13
1.1.4 Die sensorisch erlebte und die intellektuelle Erinnerung .....	14
<b>2 Ressourcen-Zustände: Normal und pathologisch</b> .....	<b>18</b>
2.1 Normalzustand .....	18
2.2 Mit Angst vadierte States .....	19
2.3 Mit Zurückweisung vadierte States .....	21
2.4 Mit Enttäuschung vadierte States .....	23
2.5 Mit Verwirrung vadierte States .....	24
2.6 Retro-originale States .....	25
2.7 Retro-vermeidende States .....	26
2.8 Widerstreitende States .....	29
2.9 Dissonante States .....	30
<b>3 Ressourcen-Therapie-Aktionen und Handlungsanleitungen</b> ...	<b>32</b>
3.1 Die Sitzung beginnen und beenden .....	32
3.2 Während der Sitzung .....	32
3.3 Ergänzende Ressourcen-Therapie-Aktionen .....	57
<b>4 Handlungsanleitungen für die verschiedenen Pathologien</b> ...	<b>63</b>
4.1 Mit Angst vadiert .....	63
4.2 Mit Zurückweisung vadiert .....	66
4.3 Mit Enttäuschung vadiert .....	71
4.4 Mit Verwirrung vadiert .....	74
4.5 Retro-original .....	75
4.6 Retro-vermeidend .....	77
4.7 Widerstreitende States .....	79
4.8 Dissonante States .....	80

<b>5</b>	<b>Der Behandlungsprozess für bestimmte Symptome</b>	<b>82</b>
5.1	Süchte: Spielsucht, Drogen, Arbeitssucht, Zwangsstörungen und andere	82
5.2	Depression	84
5.3	Soziale Angststörung	86
5.4	Panikstörung und posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)	88
5.5	Missbrauch	89
5.6	Komplizierte Trauer: Die Arbeit mit Trauer und Verlust	91
5.7	Essstörungen (Anorexie und Bulimie)	94
5.8	Rage und ungezügelter Wut	95
<b>6</b>	<b>Die Kunst der Anwendung der Ressourcen-Therapie</b>	<b>98</b>
6.1	Supervision	102
<b>7</b>	<b>Ressourcen-Therapie auf einen Blick</b>	<b>108</b>
	<b>Glossar</b>	<b>110</b>
	<b>Grundbegriffe der Ressourcen-Therapie (englisch/deutsch)</b>	<b>117</b>
	<b>Verzeichnis der Tabellen</b>	<b>118</b>
	<b>Literatur</b>	<b>119</b>
	<b>Über den Autor</b>	<b>121</b>