Anna-Konstantina Richter

Gesund werden mit EMDR

Ratgeber für Menschen mit Posttraumatischer Belastungsstörung

Mit je einem Geleitwort von Dr. André Maurício Monteiro und Prof. Dr. Dr. med. Frederik A. Verburg

ca. 90 Seiten · Broschur · 14,90 € (D) · 15,40 € (A)
ISBN 978-3-8379-3243-0 · ISBN E-Book 978-3-8379-6180-5
Buchreihe: verstehen lernen · Erscheint im Mai 2024

- Verständliche Einführung zur Vorbereitung auf die EMDR-Therapie
- Informiert über Folgen psychischer Traumatisierung und den Ablauf einer guten EMDR-Therapie
- Hilft bei der Entscheidung, ob eine EMDR-Behandlung das Richtige ist

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ist eine zugelassene und erwiesenermaßen effektive Methode zur Behandlung der Posttraumatischen Belastungsstörung. Die Stimulationsmethode hilft, die Folgen belastender Erlebnisse zu verarbeiten und Angstsymptome durch Augenbewegungen zu reduzieren. Anna-Konstantina Richter erklärt Patient*innen, was eine Posttraumatische Belastungsstörung ist und wie eine Behandlung mit EMDR sogar bei komplex traumatisierten Personen erfolgen kann. Sie beschreibt verschiedene EMDR-Behandlungsmöglichkeiten, die auch bei dissoziativen Symptomen greifen, und erläutert, wie eine Rückfallprophylaxe aussehen kann. Die Hilfestellung bei der Therapeut*innensuche und die Vorbereitung während der Wartezeit runden das Buch ab.

Anna-Konstantina Richter, Dipl.-Psych., ist Psychologische Psychotherapeutin in eigener Privatpraxis in Marburg. Sie arbeitet mit Menschen nach Arbeitsunfällen und Gewalterlebnissen mit verschiedenen psychotraumatologischen Verfahren, unter anderem mit EMDR. Sie ist Gesellschafterin des Zentrums für psychologische Beratung und Training in Marburg (ZpBT) und bietet dort als von EMDRIA Deutschland zertifizierte EMDR-Supervisorin akkreditierte Supervision und Selbsterfahrung, EMDR-Fortbildungen und Beratung an.