



Leseprobe

Vivian Broughton

Zurück in mein Ich

Das kleine Handbuch zur Traumaheilung. - Komplett überarbeitete Neuauflage

Bestellen Sie mit einem Klick für 16,00 €



Seiten: 128

Erscheinungstermin: 24. Mai 2023

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Das Erste-Hilfe-Buch zur Traumaheilung

Vivian Broughton zeigt mit ihrem Buch, dass jeder mit seinem Trauma – egal, welcher Art – in Kontakt kommen und sich dadurch selbst finden kann und **dass Traumata geheilt und gelöst werden können.**

Sie wendet sich dabei vorrangig an Menschen, die eine erste Orientierung suchen, wie sich ein Trauma äußert und welche Formen es annehmen kann. Sie zeigt, dass bereits frühe prä- und postnatale Geburtstraumata tiefe Wunden schlagen und Menschen auch später in ihrer Fähigkeit beeinträchtigen können, mit anderen Traumata gesund und konstruktiv umzugehen.

Die **Neuausgabe** dieses klugen Erste-Hilfe-Buches zur Traumaheilung hat die Autorin **komplett überarbeitet** und mit **vielen neuen Informationen** ausgestattet, zum Beispiel über die menschliche Identitätsentwicklung und über das Trauma der Identität.



Autor

Vivian Broughton

Vivian Broughton ist seit 1989 als Psychotherapeutin in eigener Praxis tätig. Sie entwickelte ihr Modell der Trauma-Arbeit nach dem Ansatz des renommierten Trauma-Experten Franz Ruppert. Dieser Ansatz geht davon aus, dass unverarbeitete Traumata, besonders frühe Bindungstraumata und frühe systemische Verstrickungen, allen späteren

Vivian Broughton
Zurück in mein Ich

