

"Es gibt kein Vorher und es gibt kein Nachher. Es gibt nur das."

Psychisches Trauma erfolgreich behandeln mit Aspekttherapie und EMDR in Oberhausen.

Ein psychisches Trauma kann immer dann entstehen, wenn die körperliche und/oder seelische Unversehrtheit bedroht ist und man sich bei dem Versuch, sich zu schützen, als handlungsunfähig erlebt hat. Ein Trauma ist eine seelische Wunde, die aus einem oder mehreren belastenden Ereignissen resultiert. Man unterscheidet verschiedene Formen von Traumata, die sog. Typ 1 Traumata, die durch ein einmaliges, plötzliches Ereignis entstanden sind (wie Unfall, Überfall, Naturkatastrophe u.a.m.) sowie die Typ 2 Traumata, die durch wiederholtes, fortdauerndes Auftreten einer Belastung aufgetreten sind (wie sexueller Missbrauch, Mobbing, Stalking, Gewalt oder Vernachlässigung in der Familie u.a.m.). Unterschieden wird weiterhin, ob ein belastendes Ereignis von einem Menschen zugefügt wurde oder ob der Zufall oder die Natur dafür verantwortlich war, denn bei Traumata, die durch Menschenhand zugefügt wurden, spielt die Erschütterung des Vertrauens zusätzlich für den Genesungsprozess eine entscheidende Rolle. Allen Formen von psychischem Trauma ist gemein, dass die natürliche seelische Verarbeitung nicht gelingt.

Die neue psychotherapeutische Methode „Aspekttherapie“ in Verbindung mit EMDR stellt eine hochwirksame Maßnahme dar, die sich sowohl zur Behandlung seelischer Traumata als auch zur Bearbeitung anderer psychischer Belastungen, wie Ängsten oder auch bestimmten Formen von Depressionen eignet. Nach einem traumatisch erlebten Ereignis ist es unserem Gehirn meist nicht möglich, die Inhalte des Erlebten so zu verarbeiten, dass sie in unserem Leben keine Belastungen mehr verursachen. Durch die für Aspekttherapie typische ausschließlich aspektbezogene Vorgehensweise – quasi minimalinvasiv, denn hier wird niemals das „Gesamtstrickwerk“ eines Menschen in Frage gestellt, sondern immer nur „die fallen gelassene Masche wieder aufgenommen“ – und mithilfe der für EMDR typischen Augenbewegungen wird der Zugang zum Nervensystem wieder geöffnet und die Verarbeitung der belastenden Erlebnisse möglich.

„Ziel einer Psychotherapie ist, den natürlichen Verarbeitungsprozess anzustoßen und dabei bis zu seinem Abschluss zu stützen und zu begleiten, sodass aus dem immer wieder und wieder erlebten Entsetzen eine Erinnerung wird, die den Betroffenen nicht mehr in der Bewältigung seines Alltags beeinträchtigt und belastet.“, erklärt Eva Breslein, die als Heilpraktikerin für Psychotherapie die neue Methode „Aspekttherapie“ und EMDR erfolgreich in ihrer Praxis anwendet.

Eva Breslein und Eva Gabriel - Heilpraktikerinnen (Psychotherapie), Praxisgemeinschaft für Erwachsenenbildung und Psychotherapie

Unternehmensinformation / Kurzprofil:

Eva Gabriel und Eva Breslein sind seit 2008 in Praxisgemeinschaft als Heilpraktikerinnen für Psychotherapie tätig. Im Rahmen Ihrer beruflichen Tätigkeit bieten sie die neue Therapiemethode Aspekttherapie an. Die Praxis liegt im Ortskern der Oberhausener Innenstadt. Eva Gabriels Buch "Die Aspekttherapie" ist im Oktober 2009 erschienen (ISBN 987-3-00-028934-7).

Leseranfragen:

Praxisgemeinschaft für Erwachsenenbildung und Psychotherapie
Eva Gabriel und Eva Breslein

Marktstraße 42-44
46045 Oberhausen
breslein@generationen-betrachten.de
<http://www.generationen-betrachten.de>

Weitere Infos zur Pressemeldung:

<http://www.generationen-betrachten.de>

Diese Seite kommt von

<http://www.firmenpresse.de>

Die URL für diese Seite ist:

<http://www.firmenpresse.de/pressinfo201355.html>