

Obsah

Traumatizovaní lidé

Jak používat tuto knihu 7

Terapeuti

Jak můžete vy a vaši klienti tuto knihu používat 13

1 Živé dědictví traumatu 27

2 Porozumějte traumatizovanému mozku 33

3 Jak nám mozek pomáhá přežít 47

4 Posttraumatické zvládání je náročné 59

5 Zotavování ze sebedestruktivních vzorců zvládání 65

6 Trauma a citová vazba k pečující osobě 83

7 Fragmentace a disociace spojené s traumatem 99

8 Uzdravení a vyřešení 127

Poděkování 147

Literatura 150