

Vorwort zur deutschen Ausgabe	7
Ausdrückliche Hinweise	10
Danksagung	11
1. Die Entdeckungsreise	13
2. Das Fundament entsteht	29
3. Die Seele und das Schwert: Das tragische Erbe des Krieges	51
4. Der Aufbau der Behandlung: Enthüllung der verborgenen Tiefen des Schmerzes ..	73
5. Die vielen Gesichter der Angst: Phobien und Panikanfälle	93
6. Nächtliche Angstanfälle: Schlafstörungen und Kindheitstraumata	121
7. Wenn Bindungen zur Fessel werden: Gestörte Beziehungen	145
8. Heilung der verheerenden Nachwirkungen von Vergewaltigungen	171
9. Bewältigung von Trauer	193
10. Den Würgegriff der Sucht bezwingen	225
11. Umgang mit Krankheit, Behinderung und Tod	255
12. Zukunftsvisionen: Die universellen Möglichkeiten des Einsatzes von EMDR	279
Anhang A: EMDR-Ressourcen	304
Anhang B: Die Wirksamkeit von EMDR	307
Anmerkungen	319
Personen- und Stichwortverzeichnis	335