

Achtsamkeit in der Verhaltenstherapie Störungsspezifische Interventionen und praktische Übungen

Achtsamkeitsübungen gezielt einsetzen

Dieses handliche Buch stellt über 30 achtsamkeitsorientierte Übungen vor, die sich nahtlos in verhaltenstherapeutische Sitzungen integrieren lassen. Neben Klassikern wie dem Body-Scan können die Leser viele weitere Meditationsanleitungen und Imaginationsübungen entdecken. Der besondere Wert liegt in der Verknüpfung der Übungen mit den jeweiligen Krankheitsbildern, sodass sie gezielt zur störungsspezifischen Intervention eingesetzt werden können. Das Anwendungsfeld reicht von Abhängigkeitserkrankungen und affektiven Störungen über die posttraumatische Belastungsstörung bis zur Borderline-Persönlichkeitsstörung.

Kurz und prägnant gehen die Verhaltenstherapeutinnen Bettina Lohmann und Susanne Annies auf die wichtigsten Ansatzpunkte für achtsamkeitsbasierte Interventionen ein und empfehlen für unterschiedliche therapeutische Situationen geeignete Übungen. Audiodateien zu elf ausgewählten Übungen stehen online zum Download bereit.

2. Aufl. 2016. 166 Seiten, kart., inkl. Audiodateien zum Download
Bettina Lohmann/Susanne Annies
Preis: Fr. 35.90
ISBN: 978-3-7945-3108-0



Wirkfaktoren der Achtsamkeit – wie sie die Psychotherapie verändern und bereichern

Achtsamkeit wirkt – beim Patienten und beim Therapeuten

Dieses Buch beleuchtet das Thema Achtsamkeit zum ersten Mal aus der Perspektive der Wirkfaktoren, sodass Psychotherapeuten aller Schulen davon profitieren können. Sowohl in der psychodynamischen, der verhaltenstherapeutischen, der systemischen als auch in der humanistischen Tradition können einzelne Elemente der Achtsamkeit zur Wirksamkeit der Psychotherapie beitragen.

Die Autoren benennen sieben konkrete Wirkfaktoren der Achtsamkeit und zeigen, wie diese in achtsamkeitsbasierten Verfahren – aber implizit auch in anderen Ansätzen – mit unterschiedlichen Schwerpunkten umgesetzt und bei verschiedenen Störungsbildern wirksam werden.

Einen weiteren Schwerpunkt bildet die Beschreibung der Hakomi-Methode. In dieser psychodynamischen Einzeltherapie durchdringt die Achtsamkeit die therapeutische Beziehung, die Haltung des Therapeuten, seine Gesprächsführung und Wortwahl bis in jede Intervention. Einblicke in einen idealtypischen Therapieverlauf, Fallbeispiele und Übungen zu methodisch-technischen Aspekten veranschaulichen lebendig diese besondere Umsetzungsweise der Achtsamkeit.

Michael E. Harrer/Halko Weiss
Mit einem Geleitwort von Ulrich Clement
2016. 347 Seiten, 7 Abb., geb.
Preis: Fr. 63.90
ISBN: 978-3-7945-2825-7
978-3-7945-6655-6 (eBook PDF)



Hermann Oppenheim – ein Begründer der Neurologie

Hermann Oppenheim – Leben und Werk eines wirkungsmächtigen Neurologen

Hermann Oppenheim (1858–1919) war Wegbereiter einer modernen Neurologie und Pionier für die Entwicklung der Neurochirurgie. Seine jüdische Abstammung, seine herausragenden analytischen Fähigkeiten und seine epochalen Leistungen auf wissenschaftlichem Gebiet ergeben vor dem Hintergrund des durch antisemitische Tendenzen geprägten Deutschen Kaiserreichs eine spannende Biografie, die von Heiko Bewermeyer und seinem Autorenteam detailliert und kenntnisreich beleuchtet wird.

- In welchem sozialen und politischen Umfeld wuchs Hermann Oppenheim auf?
- Wurde die Karriere Hermann Oppenheims an der Berliner Charité tatsächlich durch antisemitische Intrigen blockiert?
- Mit welchen Leistungen erlangte er wissenschaftlichen Weltruf?

Leben und Persönlichkeit Hermann Oppenheims sind heute noch wie bereits zu seinen Lebzeiten Gegenstand kontroverser Diskussionen: Unbestritten sind seine Leis-

tungen und Verdienste für die Neurologie, sein zum Teil dogmatisches Beharren auf eigenen Ansichten – zum Beispiel seiner These zu den traumatischen Neurosen – trug ihm jedoch heftige, auch persönliche Gegenwehr ein. Seine jüdische Konfession verhinderte vermutlich die von ihm angestrebte akademische Laufbahn und führte – zusammen mit den wissenschaftlichen Anfeindungen – dazu, dass er seine letzten Jahre verbittert und privat zurückgezogen verbrachte.

Die Autoren legen die Widersprüche in der Person Hermann Oppenheims offen, machen die Verbindung mit seinem durch die berufliche Zäsur gekennzeichneten Lebensweg deutlich und zeichnen so ein lebendiges Porträt eines Mannes, der wie kein Zweiter weit über Deutschland hinaus die Neurologie entscheidend prägte.

Heiko Bewermeyer
2016. 221 Seiten, 22 Abb., 5 Tab., geb.
Preis: Fr. 39.90
ISBN: 978-3-7945-3177-6
978-3-7945-9004-9 (eBook PDF)

