



## Weisheit und Mitgefühl in der Psychotherapie: Achtsame Wege zur Vertiefung der therapeutischen Praxis (Hardback)

By Christopher Germer, Ronald Siegel

Arbor Verlag, 2014. Hardback. Condition: New. Language: German . Brand New Book. Obwohl Achtsamkeit, Weisheit und Mitgefühl in der psychotherapeutischen und psychiatrischen Literatur selten behandelt werden, wird man kaum widersprechen können, dass diese Qualitäten wichtige Elemente einer jeden guten Behandlung sind. Dieses Buch erläutert das Wesen von Weisheit und Mitgefühl, sowohl für Therapeuten, die noch nicht mit achtsamkeits- und akzeptanzbasierten Ansätzen gearbeitet haben, als auch für jene, die damit schon vertraut sind. Untersucht wird, ob und wie diese Qualitäten objektiv gemessen und wie sie in die therapeutische Behandlung integriert werden können. Die Autoren beschreiben wirksame Strategien, mit denen bei bestimmten Symptomen und Störungen (zum Beispiel bei Angst, Depression, Trauma, Substanzmissbrauch, suizidalem Verhalten, Paarkonflikten und Elternstress) mit Achtsamkeit und Mitgefühl gearbeitet werden kann. Innovative therapeutische Techniken werden vorgestellt sowie die Theorie und die Forschung, die sie stützen, zusammengefasst. Das Buch beschreibt auch neurobiologische Grundlagen von Weisheit und Mitgefühl, etwa die bedeutenden Entdeckungen über die Wirkung von Achtsamkeitsmeditation auf das Gehirn. Inspirierend und spannend geschrieben, ist Weisheit und Mitgefühl in der Psychotherapie eine wahre Fundgrube für Therapeuten und ein Meilenstein in der Weiterentwicklung therapeutischer Kompetenz.



**READ ONLINE**  
[ 9.38 MB ]

### Reviews

*Totally among the best publication I have ever go through. This really is for all those who statte that there had not been a well worth studying. I am just very happy to let you know that this is actually the very best pdf we have go through inside my very own daily life and could be he very best ebook for actually.*

-- **Miss Audra Moen**

*Comprehensive manual for publication lovers. We have read through and so i am confident that i am going to going to read yet again once more down the road. I am easily could get a enjoyment of looking at a created pdf.*

-- **Guy Ruecker**