



Liebe Hakomi-Kolleginnen und Kollegen!

Es ist mir eine Freude, Euch mit unserem aktuellen Newsletter wieder Neuigkeiten von Hakomi-Österreich zur Verfügung zu stellen und ich finde es ist in diesem Jahr so Einiges in Bewegung gekommen.

Allem voran freue ich mich, dass Michael Harrer auch diese Ausgabe unseres Newsletters mit einem Fachartikel bereichert. Es handelt sich um einen ergänzenden, fachspezifischen Beitrag zur letzten Ausgabe. Ein herzliches Danke nach Tirol!

Auch wenn der Sommer bereits eine gefühlte Ewigkeit her ist, könnt Ihr Euch im Artikel darüber einen kleinen Eindruck holen, wie wir dieses Jahr unser Hakomi-Sommertreffen verbracht haben.

Ein erfreulicher Erfolg ist das Zustandekommen unseres ersten Supervisionstages mit Carl Edelbauer! Die Supervision war bis zum letzten Platz ausgebucht

und Hans-Jürgen Deml lässt uns, Dank seiner Teilnahme, an seinen Eindrücken teilhaben.

Schon an dieser Stelle möchte ich darauf hinweisen, dass es für 2017 zwei weitere Termine geben wird. Ihr findet die genauen Informationen dazu im entsprechenden Artikel.

Und wie es aussieht, findet unser Hakomi-Flyer regen Zuspruch, sind doch bereits 650 Stück bestellt und versendet worden!

Ein weiteres Service für alle Mitglieder ist gerade im Entstehen, nämlich eine eigene Rubrik auf unserer Website. Da werden wir zukünftig alle relevanten und aktuellen Informationen für unsere Mitglieder drauf stellen, sodass ihr Ankündigungen, wie sie etwa im Newsletter aufscheinen, dann jederzeit auch auf der Website abrufen könnt.

Ja und dann findet Ihr wieder umfangreiche Literaturempfehlungen und eine Auswahl an Tagungen und Kongressen,

zwei Buchrezensionen und aus traurigem Anlass einen Nachruf auf Al Pessa.

Besonders hinweisen, möchte ich auf den Artikel über die Zusammenarbeit mit der AABP. Ich denke mit der Einreichung des Antrages zur Anerkennung der Körperpsychotherapie in Österreich, kommen spannende Zeiten auf uns zu!

Und zuletzt noch eine Vorankündigung: Die nächste Generalversammlung wird am 12. Mai 2017 um 18:00 sein – dafür bekommt Ihr dann eine gesonderte Einladung!

Jetzt wünsche ich Euch viel Freude beim Lesen und verbleibe

*Mit herzlichen Grüßen,
Michaela Buchbauer*

Inhalt

Editorial	1
Supervisionstage 2017	2
Hakomi-Österreich und AABP	2
Generalversammlung 2017.....	2
Zertifikationsgruppe	2
Neue Bankverbindung	2
Hakomi-Flyer	2
„Wirkfaktoren der Achtsamkeit“ (Teil 2), Michael Harrer	3
Impressum	5
Tagungskalender	6
Nachruf auf Al Pessa	6
Veranstaltungen von Mitgliedern	7
Sommertreffen 2016	8
Bericht vom Supervisionstag ...	8
Lesetipps/Neuerscheinungen ..	8

Hakomi-Supervisionstage 2017

Wir freuen uns, euch für das kommende Jahr zwei Supervisionstage mit Dr. Carl Edelbauer ankündigen zu können!

Die Gruppen werden als „offene“ Gruppen geführt, das heißt ihr könnt die Information gerne weiterleiten und auch an Kolleginnen und Kollegen anderer Ausbildungsgruppen, etwa in Deutschland, weitergeben.

Hier nun die Daten und Informationen für beide Termine:

Datum: **Sa. 29.04.2017** bzw.

Sa. 16.09.2017

jeweils 10:00–18:00 Uhr

(inkl. Mittagspause)

Seminarort und -leitung:

Dr. Carl Edelbauer

Salmgasse 10/20

1030 Wien

Teilnehmer: max. 6 Teilnehmer

Kosten: € 150,-

Anmeldung: Per Mail an Hakomi-

Österreich info@hakomi-austria.at

Anmeldeschluß: 10.4.2017 bzw.

28.8.2017 (Reihung nach Eintreffen

der Anmeldung; eine Anmelde-

bestätigung bekommt ihr nach Über-

weisung des Kostenbeitrages und erst

dann ist eure Teilnahme fixiert.) *mb*

Hakomi-Österreich und AABP



Im Juni 2016 kam es zu einem ersten Treffen der Vorsitzenden der *Austrian Association for Body Psychotherapy* (AABP), Frau Dr. Elfriede Kastenberger und der Vorsitzenden von Hakomi-Österreich, Frau Michaela Buchbauer.

Neben dem persönlichen Kennenlernen diente das Treffen vor allem dem fachlichen Austausch und dem klaren Vorhaben einer engeren Zusammenarbeit. Weiters wurde entschieden, jeweils gegenseitig Informationen über Fortbildungen und Veranstaltungen auf die Website zu nehmen. Seither wird ein enger Kontakt gepflegt. Besonders rege war der Austausch über den Antrag zur Anerkennung der Körperpsychotherapie in Österreich, der zum damaligen Zeitpunkt noch in Arbeit war.

Dieser Antrag wurde Anfang Oktober beim Ministerium eingebracht. Was eine etwaige Anerkennung der *Körperpsychotherapie-Wiener Arbeitskreis* der AABP in Österreich für Hakomi-TherapeutInnen bedeuten kann, wird unter den Vorsitzenden und den Vorständen in weiterer Folge besprochen und erarbeitet werden. Alle aktuellen Informationen werden in den folgenden Newslettern an die Hakomi-TherapeutInnen weitergegeben! *mb*

Generalversammlung 2017

Termin: **Fr. 12.5.2017, 18 Uhr**

Ort: Lindengasse 44A, im „Grünen Salon“
(Eingang durch die Hofeinfahrt)

Im Anschluß an die Generalversammlung ist Gelegenheit für ein „gemütliches Beisammensein“, dafür wird in einem Lokal in der näheren Umgebung ein Tisch reserviert sein.

Dies ist eine Vorabinform, eine Einladung an euch persönlich folgt rechtzeitig.

Zertifikationsgruppe

Wir haben vier Anmeldungen! Nochmal zur Erinnerung: Wir brauchen mindestens *zehn TeilnehmerInnen* für das Zustandekommen einer Zertifikationsgruppe in Wien mit Helga und Uli Holzapfel.

Alle Interessierten bitte melden, wir sammeln einfach weiter! Anmeldung über info@hakomi-austria.at *mb*

Neue Bankverbindung

Liebe Mitglieder, durch die Fusion der „Volksbank Weinviertel e.Gen.“ mit der „Volksbank Wien AG“ haben wir neue Kontodaten zugeteilt bekommen:

IBAN: AT84 4300 0300 7283 0000

BIC: VBOEATWW

Bitte für alle kommenden Überweisungen berücksichtigen! Danke, Euer Kassier *tn*

Hakomi-Flyer

Seit Juni steht der Hakomi-Flyer, mit grundlegenden Informationen über die Hakomi-Methode für KlientInnen und Interessierte, zur Verfügung.

Der Hakomi-Flyer ist ein Service des Vereins für unsere Mitglieder. Zum Stückpreis von 10 Cent plus Porto, könnt ihr ihn per E-mail bestellen unter: info@hakomi-austria.at. *mb*



„Wirkfaktoren der Achtsamkeit“

Auszug aus der Buchvorstellung im Rahmen der
Lindauer Psychotherapiewochen am 19. April 2016 (Teil 2)

Michael E. Harrer

Anlässlich der Lindauer Psychotherapiewochen wurde ich eingeladen, das kürzlich im Schattauer-Verlag erschienene, von Halko Weiss und mir verfasste Buch zu den „Wirkfaktoren der Achtsamkeit“ zu präsentieren. Im letzten Hakomi-Newsletter wurde der erste Teil meines Referats wiedergegeben, in dem die Wirkfaktoren der Achtsamkeit vorgestellt wurden. Im zweiten Teil, der im Folgenden verkürzt wiedergegeben wird, werden diese Wirkfaktoren aus einer störungsspezifischen Sicht beleuchtet.

Die Darstellung soll die Anwendung und die konkrete Umsetzung der einzelnen Faktoren verdeutlichen. Zugleich bezieht sie sich auf eine Entwicklung der Psychotherapie insgesamt, bei der immer mehr störungsspezifische Programme entworfen und evaluiert werden, was sich auch auf der gesundheitspolitischen Ebene auswirkt. Insofern kann eine Betrachtungsweise, die störungsspezifische Aspekte berücksichtigt, Argumente für entsprechende Diskussionen liefern.

Dieser Trend führte auch im Bereich der Achtsamkeit dazu, dass eine Vielzahl manualisierter störungsspezifischer Programme entwickelt wurde. Am weitesten verbreitet sind drei Programme: Die *achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie* zur Rückfallprävention von Depression (Mindfulness-Based Cognitive Therapy, MBCT), sie ist auch am besten erforscht, die *Dialektisch-Behaviorale Therapie* (DBT) zur Behandlung von Menschen mit Borderline-Persönlichkeitsstörungen und die *achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention* bei Problemen mit Alkohol (Mindfulness-Based Relapse Prevention, MBRP). Darüber hinaus gibt es Programme zur Unterstützung bei Krebs, Schlafstörungen, Tinnitus, Infertilität, Angst, chronischem Schmerz und anderen Symptomen. Entsprechend den Vorstellungen über die Genese und Aufrechterhaltung der Störungen sind die

einzelnen Wirkfaktoren bei deren Behandlung in jeweils unterschiedlichem Ausmaß von Bedeutung.

Die Ausgangsbasis vieler dieser Programme ist die achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (Mindfulness-Based Stress Reduction, MBSR) nach Jon Kabat-Zinn. Sie versteht sich allerdings *nicht* als Psychotherapie, sondern als *unspezifisches* Trainingsprogramm, das dabei hilft, die zum Leben gehörenden Katastrophen zu bewältigen. Auf diese bezieht sich der englische Buchtitel des ersten Buches über MBSR: „Full Catastrophe Living“. Die Gruppenleiter bezeichnen sich auch nicht als Therapeutinnen und Therapeuten sondern als Achtsamkeitslehrerinnen und -lehrer. Sie vermitteln zumindest im ursprünglichen Programm mehr implizit als explizit das Wissen der buddhistischen Psychologie über die *allgemeinen* Ursachen von Leiden. Die drei Wurzeln, aus denen unnötiges menschliches Leiden entspringt, finden sich in der menschlichen Neigung, etwas zu wollen, was *nicht* ist („Haben-Wollen, Anhaften oder Gier“), etwas *nicht* zu wollen, was ist („Ablehnung oder Hass“) und Täuschungen zu erliegen („Verblendung oder Unwissenheit“). Achtsamkeitsschulung kann mit ihrer Wirkkomponente *Akzeptanz* der Gier und dem Hass entgegenwirken. Der Unwissenheit begegnet sie mit einer klareren Sicht auf die Wirklichkeit und mit dem Wissen darüber, dass die Bilder, die wir uns von der Welt und von uns selbst machen, unseren Blick trüben oder gar ganz verstellen.

Suchtkrankheiten

Suchtkrankheiten sind ein Beispiel dafür, wie man von der Gier nach dem Suchtmittel und nach den damit verbundenen Zuständen beherrscht wird. Dabei wird deutlich, wie die Wirkfaktoren der Achtsamkeit umgesetzt werden. So kann das ausdauernde Üben des Beobachtens ohne unmittelbar reagieren zu müssen auch auf

das Verlangen nach dem Suchtmittel (*Urge, Craving*) übertragen werden. Die Betroffenen lernen auf der Welle des Verlangens zu surfen (*Urge-Surfing*), anstatt sich von ihr überrollen zu lassen. Sie lernen, beim Beobachten des Auf- und Abschwellens des Verlangens zu verweilen, ohne dem inneren Druck zu folgen, nach dem Suchtmittel zu greifen. Viktor Frankl beschreibt das folgendermaßen: „*Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegen unsere Freiheit und die Möglichkeit, unsere Antwort zu wählen. In unserer Antwort liegen unser Wachstum und unsere Freiheit.*“

Schmerz

Der Gegenpol zur Gier nach dem Suchtmittel zeigt sich bei chronischem Schmerz: Automatismen der Ablehnung. Hier führt ein oft erfolgloser Kampf mit dem einzigen Ziel, die Schmerzen loszuwerden, zu zusätzlichem Leiden. Dabei ist die Aufmerksamkeit in der Regel auf den Schmerz und auf die mit ihm zusammenhängenden Einschränkungen eingeeengt. Die Patientinnen und Patienten sind häufig vom Schmerz „hypnotisiert“ oder blicken voller Angst in die Zukunft, sodass in der Gegenwart die Lebensqualität verloren geht. Darüber hinaus verstärken oft auch noch Beschuldigungen, Schuld- und Schamgefühle das Leiden. In Schmerztherapien wird vielfach geraten, sich vom Schmerz abzulenken. Im Geist der Achtsamkeit könnte man sagen, dass es primär *nicht* darum geht, sich vom Schmerz abzulenken, sondern dass umgekehrt der Schmerz von den wesentlichen Dingen des Lebens ablenkt. Die Schulung der Aufmerksamkeitslenkung im Sinne der Konzentration fördert die Fähigkeit, sich dem zuzuwenden und dabei verweilen zu können, was einem wesentlich ist.

In Zusammenhang mit jenem Leid, das durch die Ablehnung des Schmerzes entsteht, kommt als deren Gegenpol wieder der *Akzeptanz* eine wesentliche Rolle

als Wirkfaktor zu. Die sog. buddhistische Leidensformel beschreibt den Zusammenhang zwischen Leid (L), Schmerz (S) und Ablehnung (A) als Multiplikation: $L = S \times A$. Je größer der Schmerz und je größer die Ablehnung ist, umso größer ist das Leiden. Umgekehrt verringert sich das Leiden, wenn sich die Ablehnung verkleinert. Schmerz ist dann „nur“ Schmerz. Den sekundären Gefühlen von Schuld und Scham wirkt das *Selbstmitgefühl* mit seinen drei Komponenten entgegen: Ein freundlicher Blick auf leidende und ungenügende eigene Anteile, das Gefühl von Verbundenheit mit allen Menschen im Schmerz und das achtsame Beobachten des Schmerzes, ohne sich mit ihm zu identifizieren.

Bei Schmerzen kann auch der Mechanismus der *Dekonstruktion* dazu beitragen, ihnen ihre überwältigende Macht zu nehmen. So wie sich ein Stein mit 100 Kilogramm nicht bewegen lässt, kann man ihn leichter tragen, wenn man ihn in mehrere kleine Stücke teilt. Wenn man sich bewusst macht, aus welchen Komponenten sich eine quälende Erfahrung zusammensetzt, wird sie handhabbar. Es können unterschiedliche Empfindungen und Gefühle sein, konkrete innere Bilder und einzelne Gedanken, die als undifferenziertes Konglomerat überwältigen, das in seinen Einzelteilen aber durchaus aushaltbar und bewältigbar ist, wenn man diese differenziert betrachtet.

*Achtsamkeit betont
die Verantwortung
und die Möglichkeiten,
die bei uns selbst
liegen*

Nicht zuletzt führt die Achtsamkeit zu einer *Unterbrechung jener Muster*, die schmerzgeplagte Menschen von einem Arzt zum nächsten, von einem Versuch zum nächsten führen, das Heil und die Befreiung vom Schmerz im Außen zu suchen. Die Anwendung der Achtsamkeit betont im Gegensatz dazu jenen Teil der Verantwortung und Möglichkeiten, die bei den Betroffenen selbst liegen. Achtsamkeit bringt Einsichten in die Mechanismen, durch die man selbst zur Verringerung des Leidens beitragen kann. Achtsamkeitsschulung zeigt Wege auf, jene Fä-

higkeiten zu erwerben, die eben dazu helfen.

Depressive Phasen

Auch bei Rückfällen in depressive Phasen spielt die Ablehnung quälender Zustände und die Angst, dass diese wiederkehren könnten, eine große Rolle. Innere und äußere Reize, die an frühere Depressionen erinnern, lösen einen Rattenschwanz von Gedanken aus, etwa ob sie wohl wiederkommen, wieso man überhaupt depressiv geworden ist, wofür man vielleicht bestraft wird oder welche schreckliche Folgen sie haben könnten. Dieses gedankliche Wiederkäuen (*Rumination*) wird als ein wesentlicher Faktor für die Aufrechterhaltung von Depressionen und die Entstehung von Rückfällen angesehen.



Im Umgang mit diesen Gedanken kommen mehrere Wirkfaktoren zur Anwendung. In der achtsamkeitsbasierten kognitiven Rückfallprävention (MBCT) ist es das Ziel, den Gruppenmitgliedern zu vermitteln: „*Gedanken sind nur Gedanken*“, vorübergehende mentale Phänomene, die nicht unbedingt die Realität abbilden. In meiner Hakomi-Ausbildungsgruppe bekamen wir von Helga Holzappel eine Postkarte mit einem Esel vor dem blauen Himmel und mit dem Schriftzug „*Glaube nicht alles, was Du denkst*“. Diese Aufforderung macht den Wirkfaktor der *Disidentifikation* recht klar deutlich. Den Gedanken wird ihre Macht entzogen, wenn man sich nicht mehr mit ihnen identifiziert. Der zweite Wirkfaktor, der im Umgang mit Gedankenkreisen zum Tragen kommt, ist die durch die Achtsamkeitspraxis geschulte Fähigkeit zur *Aufmerksamkeitslenkung*. Wenn man sich etwa beim Bodyscan dem rechten Fuß zuwendet, lässt man zugleich innerlich den

linken Fuß los. Und jedes Mal, wenn man sich bei der Atembeobachtung nach einer Wanderung der Gedanken wieder dem Heben und Senken der Bauchdecke zuwendet, rücken die Gedanken in den Hintergrund.

Psychosen

Eine ähnliche Haltung wird in der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) jenen Menschen vermittelt, die im Rahmen von Psychosen Stimmen hören. Die ACT nutzt viele Metaphern, um *disidentifiziertes Beobachten* zu beschreiben. So kann man lernen, Gedanken und inneren Stimmen wie einem Radioprogramm zuzuhören, ohne Aufforderungen folgen zu müssen, ohne alles glauben zu müssen, was gesagt wird, und früher oder später das Programm zu wechseln. Dies wird möglich, wenn man geübt hat, sich etwa über die Praxis der Atembeobachtung immer wieder zu verankern und zu zentrieren. Ebenso wie bei Depressionen trägt auch die Steigerung des *Selbstmitgefühls* zur Verringerung des Leidens der Betroffenen bei, vielleicht auch durch die Verringerung der Isolation, indem die Verbundenheit aller Menschen im Leiden spürbar wird. Und irgendwie hören wir ja alle „innere Stimmen“, die uns das Leben schwer machen, wenn wir ihnen glauben. Die Distanzierung von diesen Stimmen ermöglicht es, uns wieder dem zuzuwenden, was im Leben wichtig ist. Die ACT arbeitet wesentlich an der Klärung von individuellen Werten. Achtsamkeit hieße dann, sich auch im Alltag dieser *Werte bewusst zu bleiben* und sie nicht aus den Augen zu verlieren. Diese Bewusstheit ermöglicht es wiederum, sich ansonsten Vermiedenem zuzuwenden, um den eigenen Werten gemäß handeln zu können.

Borderline-Störungen

Bei den mit Borderline-Störungen verknüpften Schwierigkeiten mit der Emotionsregulation werden mehrere Wirkfaktoren wirksam und in der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT) umgesetzt. Da ist zunächst wiederum die „*radikale Akzeptanz*“ der jeweils gegenwärtigen Erfahrung, die Leiden verringert, indem der Kampf gegen die unerwünschten Gefühle, gegen die Leere oder gegen sich selbst losgelassen wird. Sekundäre Gefühle wie Schuld und Scham oder Gefühle von Versagen und Ohnmacht entstehen dann erst

gar nicht. Die *Aufmerksamkeitslenkung* auf intensive Reize wie das Kauen von Chilischoten, das Riechen an Salmiak oder das Hören lauter, rhythmischer Musik hilft dabei, sich aus Hochstresszuständen zu befreien und wieder in einen Spannungsbereich zu gelangen, in dem achtsames Wahrnehmen mit den fünf Sinnen möglich wird. Dies ermöglicht dann eine Reorientierung in die Gegenwart. Das *Beschreiben* mit Worten schafft Abstand von Gedanken, Gefühlen und Impulsen. Die Übung im teilhabenden und nicht bewertenden *Beobachten* ohne zu handeln und das Erlernen von Verhaltensalternativen im Skills-Training verhindert die Aktivierung dysfunktionaler Verhaltensbereitschaften.

Gesundheit, Wohlbefinden, Glück

Nicht zuletzt fördert die Achtsamkeit Gesundheit, Wohlbefinden und Glück. An dieser Stelle sei die *Broaden-and-Build-Theorie* hervorgehoben. Sie stellt den Wirkfaktor der *Aufmerksamkeitslenkung* in den Mittelpunkt. Emotionen wie Angst und Wut dienen dem *individuellen* Überleben in Bedrohungssituationen, indem sie die Aufmerksamkeit auf die Gefahrenquelle einengen und damit auf Kampf oder Flucht vorbereiten. Positive Emotionen dienen im Gegensatz dazu dem längerfristigen *kollektiven* Überleben, indem sie durch die Erweiterung der Wahrnehmung (*broaden*) speziell auch soziale Ressourcen erschließen und dadurch aufbauen (*build*). Eine regelmäßige Praxis der *Liebende-Güte-Meditation* vermehrt positive Emotionen. Diese dienen dem Aufbau von Ressourcen, wie einem Gefühl von Lebenssinn und sozialer Unterstützung. Diese wiederum sind Prädiktoren für eine erhöhte Lebenszufriedenheit und eine Reduktion depressiver Symptome. Achtsamkeitsschulung etwa mithilfe der Übung des offenen Gewahrseins führt genau dazu, zu einer Erweiterung des Aufmerksamkeitsfeldes. Der Zugang zu immer mehr inneren und äußeren Ressourcen macht es wiederum leichter,

Zustände von Achtsamkeit aufzusuchen. Eine immer weiter werdende Aufwärtsspirale kommt in Gang.

Rick Hanson (2013) beschreibt, wie Achtsamkeit dabei helfen kann, „das Gute in sich aufzunehmen“. Dazu gilt es, etwas länger bei einem angenehmen Erleben zu verweilen, als es den Automatismen der Aufmerksamkeitslenkung entspricht. Hanson nennt dabei Zeiträume von fünf, zehn oder zwanzig Sekunden und empfiehlt, die Erfahrung auch in ihrer körperlichen Dimension auszukosten und aufzusaugen, wie ein Schwamm das Wasser oder wie ein Stein die Wärme der Sonne. Die Erfahrung emotionaler Episoden braucht Zeit, damit sie sich auch auf der neurobiologischen Ebene niederschlägt. Als Merkhilfe prägte Hanson das Akronym „HEAL“: *Have* (habe eine positive Erfahrung, bemerke oder schaffe sie), *Enjoy* (reiche die Erfahrung an, in dem Du sie andauern lässt, ihre Intensität verstärkst, sie auf verschiedene Arten auch körperlich wahrnimmst und Neuartiges oder persönlich Relevantes erlebst), *Absorb* (nimm die Erfahrung in Dich auf, in dem Du Dich in sie versenkst und sie absichtsvoll und nachspürend in Dich einsinken lässt), *Link* (verbinde positive und negative Erfahrungen, etwa indem Du mit der Aufmerksamkeit zwischen Körperteilen hin- und herpendelst, die sich angenehm und die sich unangenehm anfühlen, und sie schließlich gleichzeitig im Gewahrsein hältst).

Im Rahmen der *Hakomi-Methode* werden keine störungsspezifischen Konzepte angewendet. Das Vorgehen ist prozessorientiert und damit höchst individualisiert. Es orientiert sich eher an den vorherrschenden Lebensthemen. Unabhängig davon enthält die Methode sehr wohl aber auch die beschriebenen Wirkfaktoren. Sie betont drei Prinzipien der Transformation, die eng miteinander verflochten sind: Disidentifikation, Integration und Lernen durch neue Erfahrungen. Die Kultivierung des Inneren Beobach-

ters fördert die *Disidentifikation* insbesondere auch von polarisierten, extremen Persönlichkeitsanteilen. Assistierte Erforschen der unterschiedlichen Persönlichkeitsanteile ermöglicht es, sie zu verstehen, sich mit ihnen anzufreunden und sie zu *integrieren*. Die erlebte „*Loving Presence*“ der Hakomi-Therapeutinnen und -Therapeuten kann verinnerlicht und auf die Beziehung zu inneren Anteilen, zu sich selbst als Ganzem und zu anderen bedeutsamen Menschen ausgedehnt werden. Wenn in der Therapie dann noch *neue Erfahrungen* angeboten und integriert werden, die dem bisher erworbenen impliziten Wissen widersprechen, verändert sich das innere Modell, das die Klientinnen und Klienten von sich und der Welt entwickelt haben. Neue, weniger limitierende Modelle erlauben es, die Fülle der Welt umfassender zu erleben, sie fördern die Resilienz und eine positivere Sicht auf sich selbst und andere Menschen (nach Weiss 2015, S. 236).

Literatur und Links

- Hanson, R. (2013): „Das Gute in sich aufnehmen“. Vortrag in Berlin am 12. Juni 2013. http://media.rickhanson.net/slides/Taking_In_The_Good_Berlin_2013_in_German.pdf (14. Oktober 2015).
- Harrer, M., & Weiss, H. (2016): „Wirkfaktoren der Achtsamkeit“. Schattauer, Stuttgart 2016.
- Weiss, H. (2015): „Transformation“. In: H. Weiss, G. J. Johanson, L. Monda (eds.), „Hakomi: Mindfulness Centered Somatic Psychotherapy. A Comprehensive Guide to Theory and Practice“. Norton, New York 2015, S. 227–236
- www.achtsamleben.at
- www.burnoutundachtsamkeit.at
- www.achtsamkeitinderpsychotherapie.at
- www.compassion-training.org (Download eines kostenlosen e-books zu Mitgefühl)

Impressum

Newsletter von *Hakomi-Österreich. Verein für körperorientierte Psychotherapie*. ZVR 186 555 101. Redaktion und für den Inhalt verantwortlich: Michaela Buchbauer. Mitarbeit: Michaela Buchbauer (mb), Tilman Niemeyer (tn). Gestaltung und © Foto S.1: Tilman Niemeyer. Hakomi-Österreich, Mistelbach, November 2016. Der Begriff HAKOMI® ist rechtlich geschützt.

www.hakomi-austria.at · info@hakomi-austria.at

Tagungskalender

Persönlichkeitsstörungen und Aggression

Forum für Persönlichkeitsstörungen
12.11.2016
Berlin (D)
www.forum-f60.de/symposia/17

Psyche – Mensch – Gesellschaft

Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde
23.–26.11.2016
Berlin (D)
www.dgppnkongress.de/

Macht – Zweck – Sinn

4. Kongress Meditation und Wissenschaft
25.–26.11.2016
Berlin (D)
www.meditation-wissenschaft.org

Krank vom Job – Zeitgemäße Anerkennung von Berufskrankheiten

Arbeiterkammer Oberösterreich
29.11.2016
Linz
Kontakt: arbeitsbedingungen@akoee.at

Trauma und Sprache(-losigkeit)

9. Fachtagung Traumanetz Seelische Gesundheit
1.–2.12.2016
Dresden (D)
www.uniklinikum-dresden.de/traumanetz-fachtagung

2017

Quality and Reflexivity in Qualitative Inquiry

European Congress of Qualitative Inquiry
KU Leuven – Network Qualitative Research
7.–10.2.2017
Leuven (Belgien)
<http://kuleuvencongres.be/ECQI2017>

Trauma-Erinnerungen: Verstehen und Behandeln

19. Jahrestagung der Deutschsprachigen Gesellschaft für Psychotraumatologie
9.–11.2.2017
Zürich (CH)
www.degpt.de/jahrestagung2017.html

Traum und Wirklichkeit – Frühe Kindheit an der Grenze

22. Jahrestagung der German Speaking Association for Infant Mental Health
16.–18.2.2017
Wien
<http://www.gaimh.org>

Das Eigene und das Fremde

Deutsche Gesellschaft für psychosomatische Frauenheilkunde und Geburtshilfe e.V.
1.–4.3.2017
Dresden (D)
www.dgpgf-kongress.de

International Conference on Spirituality and Psychology 2017

Tomorrow People Organization
13.–15.3.2017
Bangkok (Thailand)
www.spirituality-conference.org

Konfessionen in der Psychotherapie: Tradition und Evolution

3. Ostdeutscher Psychotherapeutentag
17.–18.3.2017
Leipzig (D)
<https://opt2017.de>

Dazugehören! – Bessere Teilhabe für traumatisierte und psychisch belastete Kinder und Jugendliche

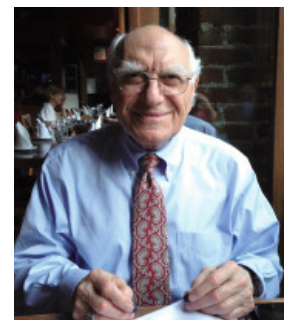
Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie e.V.
22.–25.3.2017
Ulm (D)
www.dgkjp-kongress.de/

Nachruf auf Al Pessó, 1929–2016

Lange bevor ich zum ersten Mal das Wort „Hakomi“ gehört habe, bin ich in einer Buchhandlung im Münchner Universitätsviertel über „Strukturen des Unbewußten“ von Al Pessó und Tilmann Moser gestolpert. Das war 1991. Von Tilmann Moser hatte ich schon gehört und gelesen – dass dieses Buch aber die erste breit veröffentlichte Darstellung der Arbeit von Al Pessó und Diane Boyden Pessó in deutscher Sprache war und wie fremd diese Lehre der deutschen psychotherapeutischen Zunft war, das habe ich erst etwa zwanzig Jahre später begriffen.

Frühjahr 2013. Al Pessó, inzwischen 83jährig, hielt einen mehrtägigen, geradezu intimen Workshop in einer kleinen Freiburger Praxis. Unvergesslich für mich sein beständiger, freundlich-zugewandter Kontakt zum Klienten in Form von Zeugenaussagen wie: „I see how struck you are ...“ Es war offenbar die erste Reise über den Atlantik, bei der ihn seine Frau wegen gesundheitlicher Beschwerden nicht begleiten konnte und er war sehr besorgt um sie. Aber noch im Sommer 2014 begeisterte er auf der Hakomi-Sommerkonferenz in Berlin ein größeres Publikum mit seiner aufmerksamen, humorvollen und ebenso lebenswerten wie liebevollen Art.

Seit Oktober 2015 hatte er mit großen gesundheitlichen Problemen zu kämpfen, im März 2016 ist seine Frau Diane gestorben und nur rund zwei Monate später, nachdem er eben erst seinen Rückzug als Therapeut und Lehrer angekündigt hatte, folgte er ihr nach. Al Pessó starb am 19. Mai 2016.



tn

Bessel van der Kolk in Gedenken an Al Pessó: „In meinem Bewusstsein war dein größter und einzigartiger Beitrag, uns zu zeigen, wie wir neue Erinnerungen schaffen können, geliebt worden zu sein, wo Vernachlässigung war, eine Begegnung gehabt zu haben, wo wir ignoriert worden sind, und eine Stimme gewonnen zu haben, nachdem wir zur Verstumung gebracht worden sind. Deine Lebendigkeit und Lebenskraft hat unsere Welt erhellt und wir werden versuchen, dieses Licht weiterzutragen!“

International Convention of Psychological Science 2017

Association for Psychological Science, USA
23.–25.3.2017
Wien
<http://icps.psychologicalscience.org>

Behandlung von Posttraumatischen Behandlungsstörungen

4. Psychotherapie-Tage Berlin 2017
Arbeitsgemeinschaft für wissenschaftliche
Psychotherapie
31.3.–2.4.2017
Berlin (D)
www.psychotherapietage-berlin.de

Together for Mental Health

25th European Congress of Psychiatry
European Psychiatric Association
Florenz (I)
1.–4.4.2017
www.epa-congress.org

Burn-out Symposium – Prävention

Congress Company OG
7.4.2017
Linz
<http://congress-company.at/burn-out-symposium-2017>

67. Lindauer Psychotherapiewochen 2017

Angst – Ressentiment – Hoffnung
(1. Tagungswoche)
9.–14.4.2017

Hass – Fanatismus – Versöhnung
(2. Tagungswoche)
16.–21.4.2017
Lindau (D)
www.lptw.de

Individuum und Gruppe – Dynamische Wechselwirkungen in sozialen Situationen

20. Wissenschaftliche Arbeitstagung der
Internationalen Gesellschaft für Gestalttheorie
und ihre Anwendungen
27.–29.4.2017
Wien
www.gestalttheory.net/cms/index.php?page=tagung

Irrungen und Wirrungen einer mehrdimensionalen Medizin

19. Jahrestagung der Thure von Uexküll-Akademie
für Integrierte Medizin (AIM)
28.–29.4.2017
Innsbruck
www.uexkuell-akademie.de/einfach-zu-komplex

Schmerz-Haft – Verständnis und Behandlung der Borderlinestörung

Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse
29.4.–1.5.2017
Wien
www.existenzanalyse.org

Veranstaltungen von Mitgliedern

Offene Peergroup/Intervisionsgruppe in Wien

Für Interessierte gibt es die Möglichkeit, zu einer bestehenden Gruppe dazu zu kommen. Wir treffen uns derzeit ca. 1 mal monatlich jeweils Freitag nachmittags im 7. Bezirk. Kontakt: mail@kristinahafner.at

Hakomi Processing-Workshops in Österreich

20.–22.1.2017 mit Uli Holzapfel in Innsbruck,
17.–19.3.2017 mit Helga Holzapfel in Wien,
30.6.–2.7.2017 mit Helga Holzapfel in Wien,
29.9.–1.10.2017 mit Helene Breitschopf und Erich Bauer in Klagenfurt.
Kosten jeweils: € 280,–
Anmeldung: Helene Breitschopf; praxis@psychotherapie-breitschopf.at

Abendgruppe Achtsamkeit

Ab April 2017 ist wieder eine „Abendgruppe Achtsamkeit“ geplant: 8 Abende à 90 Min.; Kosten: € 180,–; Ort: Stumpergasse 48/23, 1060 Wien
Infos und Kontakt: Tilman Niemeyer; praxis@niemeyer-psychotherapie.at

Advances in Diagnosis and Management

International Conference on Trauma and
Mental Health 2017
21.–23.5.2017
Jerusalem (Israel)
www.traumaandmentalhealthconference.org

Child Maltreatment – What do we know? Where do we go from here?

XV Conference of European Society for
Traumatic Stress Studies
National Centre for Psychotraumatology and
the University of Southern Denmark
2.–4.6.2017
Odense (Dänemark)
www.estss2017.eu/index.php

Prozessorientierung in der Personzentrierten Arbeit

17. Jahreskongress der Gesellschaft für
Personzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V.
9.–11.6.2017
Würzburg (D)
www.gwg-ev.org

Das sich verändernde Trauma-Gedächtnis

Traumapotenzielle VI – Symposium für
traumaorientierte Psychotherapie
Trauma-Institut Leipzig und Akademie für
Ganzheitliche Psychotherapie
16.–17.6.2017
Leipzig (D)
www.traumapotenzielle.de

Körperintelligenz und Bindung

Hakomi-Sommerkonferenz 2017
HAKOMI Integrative Psychology Institute of
Europe e.V.
22.–25.6.2017
Boppard am Rhein (D)
www.hakomi.de/732/hakomi/sommerkonferenz

Blick zurück in die Zukunft. Psychodynamische Psychotherapie – wohin des Wegs?

2. Hauptstadtkongress Psychodynamik
30.6.–2.7.2017
Berlin (D)
www.hauptstadtkongress-psychodynamik.de

Brain – Body – Cognition

World Conference on Movement 2017
9.–11.07.2017
Oxford (GB)
<http://movementis.com>

Life and Love in the 21st Century

8th World Congress of Psychotherapy
European Association for Psychotherapy
24.–28.7.2017
Paris (F)
www.europsyche.org/contents/14483

Die Macht von Gruppenbindungen – Ressourcen und Sicherheit, Gefahren und Fanatismus

16. Internationale Bindungskonferenz München
Ludwig Maximilians-Universität München
13.–15.10.2017
München (D)
www.bindungskonferenz-muenchen.de

Hakomi-Sommertreffen 2016

Unser Hakomi-Sommertreffen fand am 30.07.2016 statt. Ja, da war noch Sommer und wir hatten das Glück, einen richtig lauschigen Sommerabend im Gastgarten des „Kaiserwalzers“ verbringen zu können. Ein Plätzchen, das uns alle beeindruckt hat, ein wunderschöner Wiener-Gastgarten mitten in der Stadt, mit hohen Bäumen und charmanter altwiener Gastlichkeit. Unvergessen wird uns bleiben, mit welcher Hingabe und Zuvorkommenheit wir bedient und versorgt wurden.



Ein Oberkellner der „Extraklasse“! Hat er doch zuletzt noch den „Fotografen“ für uns gemacht und mit mutigstem Eifer, sich sogar auf einen wackeligen Sessel gestellt, um diese Fotos von uns zu schießen.

Carl war auch da, nur ist die Idee, Fotos zu machen, leider erst aufgetaucht, als er schon gegangen war. Alle Anwesenden haben die Möglichkeiten des Sich-kennen-lernens und den Austausch untereinander sehr genossen. Fein war die „bunte Mischung“ der Hakomis. Aus allen Wiener Ausbildungsgruppen waren KollegInnen gekommen und sogar

die Münchner Gruppe von 2011–2013 war mit drei KollegInnen vertreten. So waren tatsächlich für alle auch neue Gesichter dabei. Da der Vorstand einige Exemplare unseres Hakomi-Flyers mit dabei hatte, wurden vor Ort gleich jede Menge Bestellungen aufgegeben. Und wir im Vorstand hatten die Möglichkeit, direkt und persönlich Feedback von den Anwesenden zu bekommen, worüber wir uns sehr gefreut haben!

Alles in allem war es ein sehr feines Treffen, mit viel anregendem Austausch und gemütlichem – und auch genüsslichem – Zusammensein. Wir freuen uns auf das nächste Treffen im kommenden Jahr, das wir vermutlich im Herbst veranstalten werden und nicht direkt in der Haupturlaubszeit.

Danke Allen für Euer Kommen, es war ein sehr schönes Zusammensein!

mb

Ein persönlicher Bericht von der offenen Supervision mit Carl Edelbauer

Zum ersten Mal wurde eine offene Supervisionsgruppe angeboten, das heißt Hakomi TherapeutInnen in Ausbildung waren genauso willkommen wie alte Hasen. Diese Mischung war Herausforderung und Bereicherung. Unter bewährter Leitung von Carl konnten alle sechs TeilnehmerInnen einen Tag lang „in die Hakomi-Welt eintauchen“, mitgebrachte Fragen zu Techniken und Prozessen einbringen und wieder einmal erleben, wie fein heilsame Kräfte in einem wohlwollenden Raum wirken. Wer sich auf dieses Abenteuer einlässt, fährt, wie ich, persönlich und fachlich bereichert nach Hause.

Wie angekündigt wird diese offene Supervision bei Carl Edelbauer in Wien im Frühjahr und im Herbst angeboten. Auch für Carl hat sich gezeigt, dass das Sinn macht.

Hans-Jürgen Deml

Lesetipps



Stephen W. Porges, „Die Polyvagal-Theorie. Neuro-physiologische Grundlagen der Therapie“.

Junfermann, Paderborn 2010, 336 Seiten, € 41,10

Wer macht beim Menschen die Ansage: das Gehirn oder der Bauch? Stephen Porges, der die Steuerung der Herzfrequenz beforscht hat, hat zur Antwort auf diese Frage schon in den 90er Jahren seine *Polyvagal-Theorie* beigetragen, die in diesem Buch ausführlich dargestellt wird.

Bekannt war bis dahin, dass der Vagus-Nerv, der unsere inneren Organe mit dem Gehirn verbindet, vor allem die Tätigkeit der inneren Organe reguliert (parasympathisches Nervensystem). Porges hat aber herausgefunden, dass dieser Nervenstrang entwickungsgeschichtlich zweigeteilt ist (eben „poly-vagal“) und weit mehr bewirkt. Seine Theorie besagt, dass wir biologisch drei aufeinander aufbauende handlungsleitende Nervensysteme haben, unter denen das „System soziales Engagement“ (also Austausch und mitfühlen-des Handeln) das entwickungsgeschichtlich jüngste – und das empfindlichste ist. Denn die anderen beiden Programme „Mobilisation“ (also Kampf oder Flucht) und „Immobilisation“ (Totstellen) sind ständig aktiv! Sie werden lediglich – solange günstige Umstände herrschen – in ihrer Wirkung gehemmt. Sobald wir uns aber *nicht sicher* fühlen, fällt die Hemmung weg und die Aktivierung zu Kampf oder Flucht (oder die noch rudimentärere Immobilisation) erfolgt ganz automatisch.

Kurz gesagt: Soziales Verhalten ist biologisch gesehen Luxus. Steigt das Empfinden auf, nicht sicher zu sein, geben ältere Gehirnstrukturen die Richtung vor, die uns mit weniger komplexen Reaktionsmustern (zunächst einmal Aggression bzw. Flucht) handeln lassen. – Einerseits weist das einmal mehr auf die Grundbedingung von „Sicherheit“ in der Psychotherapie hin. Andererseits, wenn wir über das therapeutische Setting hinaus blicken, können wir vielleicht vage erahnen, wie

grundlegend das (meistens unbewusste) Empfinden von Sicherheit bzw. Unsicherheit für die Art und Weise menschlichen Handelns ganz allgemein ist; sei es in der Partnerschaft, sei es im politischen Wahlverhalten.

Die Information, dass das Buch aus einer Sammlung von Aufsätzen besteht (von 1992 bis 2010), hätte der Verlag nicht zu verstecken brauchen; das fehlende Register ist dagegen ein echter Mangel. Daran, wie weitreichend die dargestellte Theorie ist, ändert aber beides nichts.

tn



Bert Powell, Glen Cooper, Kent Hoffman und Bob Marvin, „Der Kreis der Sicherheit. Die klinische Nutzung der Bindungstheorie“.

Probst, Lichtenau 2015, 480 Seiten, € 37,10

Die seit den 1940er Jahren entwickelte Bindungstheorie (John Bowlby), die den maßgeblichen Einfluss der primären Bindungspersonen auf das Kleinkind – bis hin zur Prägung von Beziehungsmustern für das weitere Leben – feststellt, hat nicht zuletzt den Psychotherapiemethoden humanistischer Orientierung ein bedeutendes Fundament gegeben. Zusammen mit der Theorie über Bindungsmuster (Mary Ainsworth, 1970er), mit Ergebnissen der Säuglingsforschung (Daniel Stern, 1980er) und dem Modell der Motivationssysteme (Joseph Lichtenberg, 2000) löst die Bindungstheorie damit „das klassische Triebmodell ab“, wie Manfred Thielen 2009 schlicht konstatiert hat.

Diese Bedeutung hat sich allmählich auch in anderen Methoden herumgesprochen, während die Auswirkungen – mangels lehrbarer Anwendungstechniken – bislang insgesamt dennoch eher bescheiden sind. Und eben hier wollen die Autoren dieses Buches Abhilfe schaffen: Die von ihnen entwickelte Interventionstechnik, der *Kreis der Sicherheit* (*Circle of Security*), zielt darauf ab, auf schnellstmöglichem Weg einer großen Menge von Eltern aufzuzeigen, wo sie an den Bedürfnissen ihres Kindes vorbei agieren und wie

sie einen besseren Kontakt herstellen können, um so die generationenübergreifende Weitergabe von Traumata und unguten Bindungsmustern zu unterbrechen. Der *Kreis der Sicherheit* ist „eine Möglichkeit für überlastete, überwältigte und ratlose Eltern [...], die Art von Eltern zu werden, die sie selbst gern gehabt hätten“. Dazu wird anhand von Videoaufnahmen, die den Umgang der Eltern mit dem Kind zeigen, im Rahmen von Kleingruppen auf die jeweils zugrundeliegenden Bedürfnisse eingegangen und es wird versucht, das für eine „sichere Bindung“ nötige Eingehen auf die wechselnden Bedürfnisse des Kindes (Exploration der Umwelt/Geborgenheit und Nähe) zu vermitteln.

Auch wenn die „Erfindung“ dieser Interventionstechnik bisweilen etwas präventiv geschildert ist, kann ich gar nicht anders als zu wünschen und zu hoffen, dass das Bewusstsein über die Bedeutung der primären Bindung – ob mittels „COS“ und standardisiert, oder mittels individueller Beratung – so viele Eltern wie möglich erreicht!

tn

Eine Auswahl an Neuerscheinungen

Peter Ansari und Sabine Ansari, „Unglück auf Rezept. Die Antidepressiva-Lüge und ihre Folgen“. Klett-Cotta, Stuttgart 2016, 300 Seiten, € 17,50

Rosmarie Barwinski, „Resilienz in der Psychotherapie. Entwicklungsblokkaden bei Trauma, Neurosen und frühen Störungen auflösen“. Klett-Cotta, Stuttgart 2016, 286 Seiten, € 36,-

Till Bastian, „Seelenleben. Eine Bedienungsanleitung für unsere Psyche“. Psychosozial-Verlag, Gießen 2016, 162 Seiten, € 20,50

Daniel Bindernagel (Hg.), „Die Eigensprache der Kinder. Idiolektische Gesprächsführung mit Kindern, Jugendlichen und Eltern“. Carl-Auer Verlag, Heidelberg 2016, 279 Seiten, € 36,-

Karl Heinz Brisch, „Bindungstraumatisierungen. Wenn Bindungspersonen zu Tätern werden“. Klett-Cotta, Stuttgart 2016, 240 Seiten, 36,-

Michael Eink und Horst Haltenhof, „Umgang mit suizidgefährdeten Menschen“. Psychiatrie Verlag, Köln 5. Aufl. 2016, 160 Seiten, € 18,50

Stefan Eikemann, „Spielraum des Paares. Wagnis und Entwicklung in der Paartherapie“. Carl-Auer Verlag, Heidelberg 2016, 217 Seiten, € 25,70

Markus Erismann, „Die Antinomie der Scham. Eine Analyse des Scham-Selbst-Verhältnisses“. Asanger, Kröning 2016, 240 Seiten, € 40,70

Ursula Gast und Gustav Wirtz, „Dissoziative Identitätsstörung bei Erwachsenen. Expertenempfehlungen und Praxisbeispiele“. Klett-Cotta, Stuttgart 2016, 196 Seiten, € 25,70

Peter Geißler (Hg.), „Sternstunden. Daniel Sterns Lebenswerk in seiner Bedeutung für Psychoanalyse und Psychotherapie“. Psychosozial-Verlag, Gießen 2016, 257 Seiten, € 30,80

Liane Hofmann und Patrizia Heise, „Spiritualität und spirituelle Krisen. Handbuch zu Theorie, Forschung und Praxis“. Schattauer, Stuttgart 2016. 526 Seiten, € 61,70

Theodor Itten und Ron Roberts, „Politik der Erfahrung. Kritische Überlegungen zur Entwicklung von Psychologie und Psychotherapie“. Psychosozial-Verlag, Gießen 2016, 336 Seiten, € 38,-

Dieter Korczak (Hg.), „Geld und andere Leidenschaften. Macht, Eitelkeit und Glück“. Asanger, Kröning 2. Aufl. 2016, 204 Seiten, € 9,30

Malika Laabdallaoui und S. Ibrahim Rüschoff, „Umgang mit muslimischen Patienten“. Psychiatrie Verlag, Köln 2. überarb. Aufl. 2017, 160 Seiten, € 18,50

Peter A. Levine, „Trauma und Gedächtnis. Die Spuren unserer Erinnerung in Körper und Gehirn. Wie wir traumatische Erfahrungen verstehen und verarbeiten“. Kösel, München 2016, 237 Seiten, € 25,70

Ann S. Masten, „Resilienz: Modelle, Fakten & Neurobiologie. Das ganz normale Wunder entschlüsselt“. Junfermann, Paderborn 2016, 336 Seiten, € 41,10

Georg Psota und Michael Horowitz, „Das weite Land der Seele. Über die Psyche in einer verrückten Welt“. Residenz Verlag, Salzburg 2016, 251 Seiten, € 22,-

Luise Reddemann, „Imagination als heilsame Kraft. Ressourcen und Mitgefühl in der Behandlung von Traumafolgen“. Klett-Cotta, Stuttgart 19., vollständig überarbeitete Aufl. 2016, 246 Seiten, € 28,80

Angelika Rohwetter, „Es gibt ein Leben nach der Therapie. Therapieerfolge stabilisieren und Resilienz stärken“. Klett-Cotta, Stuttgart 2016, 176 Seiten, € 17,50

Agnes von Wyl, Volker Tschuschke et al. (Hgg.), „Was wirkt in der Psychotherapie? Ergebnisse der Praxisstudie ambulante Psychotherapie zu 10 unterschiedlichen Verfahren“. Psychosozial-Verlag, Gießen 2016, 173 Seiten, € 30,80

David J. Wallin, „Bindung und Veränderung in der psychotherapeutischen Beziehung. Grundlagen und Anwendung“. Probst Verlag, Lichtenau 2016, 448 Seiten, € 37,10

tn