



Halko Weiss, Michael E. Harrer, Thomas Dietz
Das Achtsamkeits-Buch

Mit einem Vorwort von Jürgen Kriz
303 Seiten, gebunden,
mit Schutzumschlag
€ 23,- (D), ISBN 978-3-608-94558-4

Achtsamkeit bringt eine neue Qualität in Ihr Leben, die größeres Glück und mehr Erfüllung ermöglicht. Dieses Buch stellt die Kern-gedanken in knapper Form vor, liefert das nötige Hintergrundwissen und enthält praktische Übungen für Coaching, Stressmanagement, Therapie und im privaten Umfeld.



Weiss, Harrer, Dietz
Das Achtsamkeits-Übungsbuch

Für Beruf und Alltag
174 Seiten, gebunden mit 2 Hör-CDs
€ 19,95 (D), ISBN 978-3-608-94709-0

»Eine Reise in die Innenwelt! Für wen? Alle, die zu sich finden wollen.«
emotion



Harrer, Weiss, Clement
Wirkfaktoren der Achtsamkeit

– wie sie die Psychotherapie verändern und bereichern
347 Seiten, gebunden
€ 49,99 (D), ISBN 978-3-608-42825-4

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.



Cornelia Löhmer, Rüdiger Standhardt
MBSR – Die Kunst, das ganze Leben zu umarmen
Einübung in Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Mit einem Vorwort von Michael von Brück und einem Beitrag von Ulrich Ott
286 Seiten, gebunden,
mit vielen Abbildungen und zwei Hör-CDs
€ 25,- (D), ISBN 978-3-608-94579-9

»Ein gelungenes und lebendig gestaltetes Buch, das sowohl Interessierten eine Vielzahl an Informationen, Anregungen und Übungsmöglichkeiten bietet als auch MBSR-Lehrern als Vertiefung und zum Nachschlagen dienen kann.«
Dr. Nikolaus Nagel, Deutsches Yoga-Forum



Halko Weiss, Greg Johanson, Lorena Monda
Hakomi – Achtsamkeitszentrierte Körperpsychotherapie
Theorie und Praxis

Blättern Sie in unseren Büchern und bestellen Sie bequem und versandkostenfrei bei www.klett-cotta.de



www.klett-cotta.de/fachbuch

Ihre Buchhandlung

www.klett-cotta.de/fachbuch

Alle Bücher zu Psychologie, Lebenshilfe, Erziehung und Psychotherapie / Psychoanalyse finden Sie auf unserer Webseite.

Wenn Sie regelmäßig E-Mail-Nachrichten zu unseren Neuerscheinungen und andere Neuigkeiten wünschen:

www.klett-cotta.de/newsletter

Preisänderungen und Irrtümer vorbehalten. Näheres unter www.klett-cotta.de/agb.

Stand: März 2019.

J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, Stuttgart HRB 1890. UST-IDNr. DE 811 122517
Geschäftsführer: Dr. Andreas Falkinger, Philipp Haußmann, Tom Kraushaar – Verleger: Michael Klett





Halko Weiss,
Greg Johanson,
Lorena Monda (Hrsg.)

Hakomi – Achtsamkeits- zentrierte Körper- psychotherapie Theorie und Praxis

Aus dem Amerikanischen von
Matthias Strobel,
390 Seiten, broschiert,
großes Format
€ 69,- (D)
ISBN 978-3-608-96324-3

Erscheinungstermin:
20.04.2019



Dieses Kompendium ist ein Meilenstein in der Entwicklung der Hakomi-Therapie, aber auch weiterer Bereiche der somatischen Psychologie und der Körper-Geist-Therapie. Durch eine einzigartige Integration von Körperpsychotherapie, Achtsamkeit und anderer philosophischer Prinzipien aus dem Osten wird Hakomi zu einem führenden therapeutischen Ansatz in der Betrachtung des ganzen Menschen und seiner Fähigkeiten zur Veränderung.

Alle Basics zur achtsamkeitszentrierten Körperpsychotherapie

Dieses Buch ist grundlegend für die Entwicklung der Hakomi-Therapie aber auch weiterer Bereiche der somatischen Psychologie. Durch eine einzigartige Integration von Körperpsychotherapie, Achtsamkeit und anderer philosophischer Prinzipien aus dem Osten wird Hakomi zu einem führenden therapeutischen Ansatz in der Betrachtung des ganzen Menschen und seiner Fähigkeiten zur Veränderung. Die hier enthaltenden Artikel stellen alle Prozesse und Praktiken vor, die Therapeuten benötigen, um Hakomi-Elemente mit KlientInnen anzuwenden.

Dieses Buch richtet sich an:

- ▶ Alle PsychotherapeutInnen
- ▶ PsychologInnen
- ▶ PsychiaterInnen
- ▶ HeilpraktikerInnen
- ▶ PädagogInnen und Coaches
- ▶ Menschen in sozialen Diensten

Halko Weiss,

Ph. D., Psychologischer Psychotherapeut. Hat die Achtsamkeitsmeditation vor über 30 Jahren in einem buddhistischen Kloster in Sri Lanka kennengelernt und unterrichtet seit 1980 die in Achtsamkeit eingebettete körperpsychotherapeutische Hakomi-Methode international. Er ist ein Mitbegründer des Hakomi-Instituts in Boulder, Colorado sowie Verfasser zahlreicher Bücher.

Greg Johanson,

Ph.D., ist akkreditierter Psychotherapeut, Theologe, Dozent und Mitbegründer des Hakomi Instituts.

Lorena Monda

ist Doktor der Orientalischen Medizin, Autorin, Dozentin, Psychotherapeutin und Trainerin des Hakomi Instituts.

Zur Website des HAKOMI INSTITUTE
OF EUROPE e.V.
www.hakomi.de

www.klett-cotta.de/fachbuch

Alle Bücher zu Psychologie, Lebenshilfe, Erziehung und Psychotherapie / Psychoanalyse finden Sie auf unserer Webseite.

Wenn Sie regelmäßig E-Mail-Nachrichten zu unseren Neuerscheinungen und anderen Neuigkeiten wünschen: www.klett-cotta.de/newsletter