

Für Sie gelesen

Külz, Anne Katrin

Zwangsstörungen – 75 Therapiekarten mit 24-seitigem Booklet in hochwertiger Klappkassette.

2020, 1. Auflage. Weinheim: Beltz Verlag
ISBN 4019172100148, EUR 49,95

Frau Dr.ⁱⁿ Külz ist Diplompsychologin und beschäftigt sich seit langer Zeit mit der Zwangsthematik. Sie hat jahrelang die Spezialambulanz für Zwangserkrankungen am Universitätsklinikum in Freiburg geleitet, und nun hat sie sich selbstständig gemacht. Ihr Werk: „Zwangsstörungen – 75 Therapiekarten mit 24-seitigem Booklet in hochwertiger Klappkassette“ wurde Anfang April 2020 im Beltz Verlag veröffentlicht und besteht sowohl aus mehreren Therapiekarten (75 Karten) als auch aus einem Booklet (24 Seiten).

Das gesamte Werk besteht aus 9 Modulen. Das Booklet dient der Anwendung und Nutzung der Therapiekarten, da in diesem die Inhalte zur Psychotherapie von Zwangsstörungen und die Anwendungsmöglichkeiten der Karten vermittelt werden. Außerdem werden auch die einzelnen Module kurz und prägnant dargestellt. Die Therapiekarten hingegen beinhalten therapeutische Strategien (von der Diagnose bis hin zur Rückfallprophylaxe), die sich bei der Behandlung von Zwangsstörungen als gut fundiert bewiesen haben. Diese sind (kognitiv) verhaltenstherapeutisch orientiert und beinhalten auch Elemente aus anderen therapeutischen Richtungen wie z. B. ACT, MCT und IBT. Ziel der Autorin ist es, dass dieses Werk sowohl als Vorbereitung auf die eigentliche Psychotherapie für Zwangserkrankte als auch als Begleitung zur Therapie von Zwangsstörungen dienen soll. Jedoch sollten diese Therapiekarten und dieses Booklet nicht nur eine begleitende Funktion zur Therapie darstellen, sondern auch eine Vertiefung und Erweiterung der psychotherapeutischen Arbeit ermöglichen, da die Expositionsinhalte die Einheiten zur Emotionsregulation und die kognitive Arbeit der Zwangsinhalte in unterschiedlichen Modulen darstellen. Dies führt zu einer besseren Übersichtlichkeit.

Dabei gilt: Es ist nicht notwendig, alle Punkte der Karten vollständig durchzuarbeiten, um einen Erfolg zu erzielen. Die Inhalte und die Reihenfolge der Karten können an die einzelne Person angepasst werden. In den Therapiekarten ist öfters die Rede von „einem Zwang als Gegenüber“. Hierbei geht es darum, den Zwang als ein „getrenntes Teil“ der eigenen Person zu betrachten. Hinter dieser Konzeption vom „Zwang als Gegenüber“ verbergen sich drei Ziele. Diese sind wie folgt:

- „Die innere Verstrickung mit den Zwangsinhalten aufzulösen“ und dabei mit Klarsicht Sachen zu betrachten.
- Die eigenen Nuancen der Persönlichkeit kennenzulernen und den eigenen Selbstwert zu stärken.
- Dem Zwang durch Widerstand entgegenzuwirken.

Dabei gilt: Je mehr man den eigenen Zwang als eine getrennte Einheit von einem selber betrachtet und behandelt, desto besser geht es der betroffenen Person. Meiner Ansicht nach gehören zur Zielgruppe dieses Werks sowohl PsychologInnen/PsychotherapeutInnen, die mit an Zwängen erkrankten Menschen arbeiten als auch Betroffene. Zum einen ist es hilfreich für die Betroffenen, um ein besseres Verständnis für ihre Problematik zu bekommen, zum anderen für die Fachleute, um einen Ansatzpunkt für die Behandlung zu haben und den Betroffenen das Wesentliche der Zwangserkrankung durch dieses Werk leichter zu vermitteln bzw. verständlicher zu machen.

Ich würde es als positiv betrachten, wenn in einer neueren Auflage auch eine CD mit den digitalisierten Therapiekarten herausgegeben würde. Dies würde dem Gesamtwerk mehr Wert geben, da man somit ungebundener und unabhängiger ist, den Einsatz des Materials jederzeit und an jedem Ort startet. Außerdem ist die digitalisierte Version langlebiger als die Karten, die sich durch einen häufigen Einsatz abnutzen können.

Für Sie gelesen von
Julian Ferrari
aus Wien

Kattan, Carolina

Aktiv Depressionen vorbeugen. Der Wochenratgeber für mehr Selbstwirksamkeit und Lebenszufriedenheit.

2019, 1. Auflage. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag
ISBN 978-3-662-58480-4, 165 Seiten, EUR 20,55

Frau Carolina Kattan ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und arbeitet als ärztliche Psychotherapeutin mit tiefenpsychologisch fundierter Ausrichtung sowie als ausgebildete Traumatherapeutin.

Dieser Ratgeber (Arbeitsbuch) zeigt den Leserinnen und Lesern Wege auf, die eigene Lebenszufriedenheit zu steigern und das Wohlbefinden nachhaltig zu beeinflussen. Ziel des Buches ist es, ungünstige Gewohnheiten

Für Sie gelesen

und Denkmuster im Alltag zu erkennen und ungesunde Lebensumstände zu verändern. Die Autorin begleitet die Leserinnen und Leser durch 24 Wochen und lädt zur aktiven Teilnahme an 40 verschiedenen Übungen ein.

Formal ist jedes Kapitel in 3 Teile geteilt: Am Anfang findet eine kurze Einleitung zum jeweiligen Thema statt, anschließend wird eine passende Übung dazu angeboten. Jedes Kapitel wird durch ein passendes Zitat abgerundet. Bei den Übungen handelt es sich größtenteils um Imagination- und Achtsamkeitsübungen sowie die Verschriftlichung eigener Gedanken und Gefühle. Damit die jeweilige Thematik verinnerlicht werden kann, wird eine regelmäßige Wiederholung der Aufgaben empfohlen, wobei der Zeitaufwand pro Woche nicht über einer Stunde liegen sollte. Die Themen, welche im Buch angesprochen werden, reichen von Selbstreflexion und Selbstwahrnehmung über Strukturierung des Alltags bis hin zu Ressourcenaktivierung und Zukunftsplanung. Am Ende des Buches erhalten die Leserinnen und Leser die Möglichkeit, sich mit Themen (deren Bearbeitung Schwierigkeiten bereitet haben) noch einmal zu beschäftigen. Auch welche Veränderungen in den letzten Wochen mithilfe des Buches gelungen sind oder man eben noch nicht umsetzen konnte, werden reflektiert. Zugleich finden die Leserinnen und Leser am Schluss verschiedene Mandala zum Ausmalen. Hier stellt Frau Kattan (unabhängig vom Ratgeber) eine weitere Art der Meditation zur Verfügung, welche innere Ruhe und Gelassenheit erfordert.

Die Autorin achtet darauf, die einzelnen Textpassagen kurz und informativ zu halten. Die Übungen sind einladend und gut strukturiert. Frau Kattan vermittelt den Leserinnen und Lesern sehr gut das Thema Achtsamkeit. Viele von uns leiden sowohl im Privatleben als auch im Beruf unter einer Reizüberflutung. Wir nehmen die Reize nicht nur wahr, wir bewerten diese auch. Das zeigt sich in unserer Reaktion, indem wir uns freuen, ärgern und sorgen. Es sind letztlich diese Bewertungen, die zu Stress führen. Daher zielen viele Übungen in diesem Buch genau darauf ab: Die Leserinnen und Leser lernen, auf den Moment zu achten, ohne ihn zu bewerten.

Durch das wochenweise Vorgehen in diesem Arbeitsbuch eignet es sich auch für Menschen mit einem stressigen Alltag – man hat das Gefühl, etwas für sich selbst zu tun, ohne viel Zeit aufwenden zu müssen. Frau Kattan nimmt all jene Leserinnen und Leser an die Hand, die sich gerne selbst besser kennen lernen und das eigene physische und psychische Wohlbefinden steigern möchten.

Für Sie gelesen von
Anja Mangold
aus Ischgl/Tirol

Täuber, Markus

Gedanken als Medizin. Wie Sie mit Erkenntnissen der Hirnforschung die mentale Selbstheilung aktivieren.

2020, Wien: Goldegg Verlag
ISBN 978-3-99060-152-5, 182 Seiten, EUR 22,00

Dieses handliche Buch ist eine gute Wiederholung und beste Sammlung und Aufbereitung von neuropsychologischen Vorgängen und von Studienergebnissen, die die Macht unserer Gedanken erforschen. Der Placebo-Effekt ist beispielsweise sehr gut beschrieben und kann meiner Meinung nach dadurch von jeder Psychologin/jedem Psychologen positiv in der psychologischen Behandlung und Therapie angewandt werden. Auch wenn man viele Studien, die im Buch erwähnt sind, bereits kennen könnte, gibt es doch kaum eine so gelungene Sammlung an einem Ort. Dr. Täuber hat ein Talent dafür, den letzten Schritt der Erklärung dessen, was ein Ergebnis bedeutet, zu gehen und hat damit ein vortreffliches Buch für die Praxis geliefert.

Der Schreibstil ist erfrischend humorvoll und die Leserin/den Leser an der Hand nehmend. Komplexe Sachverhalte werden in den Alltag übersetzt, sodass sie auch noch lange im Gedächtnis bleiben und zur Anwendung jederzeit bereit stehen. Relevante Studien aus aller Welt sind erwähnt und in den Kontext, was die Ergebnisse für die Macht der Gedanken bedeuten, übertragen. Die Leserin/der Leser wird nach vollendetem Lesen des Buches bestimmt mit mehr Elan an die Arbeit mit Menschen herangehen und darin bestärkt sein, dass auch das hartnäckigste Gegenüber das Potenzial zur Heilung hat. Vielleicht werden auch langjährige Gewohnheiten in der Arbeit mit Klientinnen/Klienten etwas überdacht und zu Gunsten der Resultate überarbeitet.

Studien zu Placebos, positiven Vorstellungen, Kraft der eigenen Erwartungshaltung, der Selbstwirksamkeit verblüffen und erinnern uns daran, dass wir alle sehr viel damit zu tun haben, wie die Welt (eben subjektiv) aussieht. Das Buch endet mit der ausführlichen Beschreibung der GAM-Meditation zur Aktivierung mentaler Selbstheilung. Sie kann durch die genauen Instruktionen übernommen und geübt und auch weitergegeben werden.

Insgesamt bietet das Buch eine gute Wiederholung vieler Dinge, die wir im Laufe des Psychologiestudiums und auch in den Jahren danach gelernt haben. Zugleich ist es eine Erinnerung daran und Einladung dazu, den bestmöglichen Zugang für die Klientinnen/Klienten zu haben und den Glauben an die Heilung – gestützt durch Studienergebnisse – hochzuhalten. Die gute und sogar unterhaltsame Lesbarkeit ist ein Bonus. Es ist zu emp-

fehlen für Menschen, die im Bereich der psychischen Gesundheit arbeiten und auch für jede/n, die/der das Leben und dessen Erleben verbessern möchte.

Für Sie gelesen von
Sabine Edlinger-Starr
aus San Diego

Stein-Fischer, Evelyne, Bratusch-Marrain, Inge & Heiskel, Birgitta

Maja und Robobo. Eine Geschichte über Freundschaft und Gefühle. Mit einem psychologischen Ratgeber für Kinder.

2019, 1. Auflage, Wien: Verlag Picus
ISBN 978-3-7117-4007-6, 131 Seiten, EUR 14,00

Mit diesem Buch bekommt man gleich zwei Texte, die zusammen eine richtig interessante und bereichernde Geschichte für Kinder und Eltern ergeben.

Der kleine Roboterlehrling „Robobo“ soll die Menschen, vor allem deren vielfältige Gefühle und Empfindungen, kennenlernen, um sie danach in Seniorenwohnhäusern besser betreuen zu können; er ist zwar sehr schlau und neugierig, kann aber Gefühle zunächst nicht erkennen, geschweige denn selber empfinden, was er sich aber sehnlichst wünscht. Und genau das möchte er von Maja lernen. Dazu kommt er eines nachts überraschend in ihr Zimmer. Nach dem ersten großen Schreck versteht sie sein Anliegen und lässt ihn an ihrem Alltag in Familie und Schule teilhaben. Nur sie weiß von seiner Anwesenheit, was spannende Situationen ergibt.

Maja lebt mit ihrer Mutter, einer Kinderpsychologin, und ihrem kleinen Bruder Elias, zum Vater gibt es Besuchskontakte. Sie besucht eine Schulklasse mit netten, aber auch unleidlichen Kindern – das ist ihr Alltag.

Robobo kann an ihrer Seite diesen Alltag mit allen guten und schwierigen Seiten kennen lernen. Er lernt durch ständiges Fragen. Maja gibt sich viel Mühe, ihm die überaus komplizierte Welt der Gefühle nahezubringen und es gelingt.

Im Anschluss an die spannende Geschichte, gibt es – leider nicht durch einen eigenen Titel hervorgehoben – ein kleines feines Sachbuch, in dem kindgerechte Erklärungen und Informationen über Gefühle in beglückenden und beängstigenden Alltagssituationen geboten werden; dazu gibt es Erklärungen zu den körperlichen Entsprechungen des Gefühlslebens sowie eine Reihe sehr nützlicher Entspannungstipps bis hin zu verständlich

geschilderten konkreten Vorgangsweisen gegen Ängste und Spannungen, brauchbar für Kinder und Erwachsene.

Dies ist besonders hervorzuheben, da es – zumindest im deutschen Sprachraum – eine Fülle an kinderpsychologischer Fachliteratur für Eltern und PädagogInnen gibt, nicht jedoch einen Text, der Kindern die Erkenntnisse psychologischer Forschung und ihre Anwendung im Alltagsleben nahebringt.

Hervorzuheben sind weiters die überaus lebendigen, phantasievollen Illustrationen der mehrfach ausgezeichneten Illustratorin, die unter anderem durch das „coole“ Aussehen von Robobo die Texte auf eindrucksvolle Weise veranschaulicht und die spannende und originelle Handlung unterstreicht. Zu empfehlen ist dieses Buch jungen LeserInnen ab 9-10 Jahren sowie Erziehungsberechtigten, die ihren Kindern im familiären und schulischen Alltag Aussprache und emotionale Stütze bieten möchten; dafür ist vor allem der kinderpsychologische Fachbereich des Buches bestens geeignet.

Wegen der vielen Dialoge bietet sich die Geschichte ideal zum gemeinsamen Lesen bzw. für anregende Gespräche an, ebenso wie zu Beispiel für ein Theaterstück. Die englische Ausgabe ist 2020 bei Ragged Bears erschienen.

Für Sie gelesen von
Eva Stöckl
aus Wien

Risser, Ralf & Šucha, Matúš

Psychological Perspectives on Walking. Interventions for Achieving Change.

2020, London, New York: Routledge Publishers, Taylor & Francis Group
ISBN 978-0-367-32259-5, 978-0-367-32258-8, 978-0-429-31759-0,
248 Seiten, EUR 38,99

Dieses Buch ist insofern bemerkenswert, als bisher nur selten das Zufußgehen Gegenstand ausführlicher wissenschaftlicher Untersuchungen wurde und hier ein neuer Forschungsbereich eröffnet wurde. Es ist schon seltsam, dass dieses älteste menschliche Verkehrsverhalten so wenig Gegenstand der Wissenschaft wurde. Umso mehr muss diese Publikation begrüßt werden, weil sie eine Lücke füllt. Dieses Buch ist gegliedert in sechs Kapitel:

Beschreibung der Szene: Es berichtet die Geschichte des Verkehrs, die menschlichen Bedürfnisse, die ihm zugrunde liegen ebenso wie verschiedene Möglichkeiten, diese durch Verkehr zu bedienen. Es beschreibt auch,

was Nachhaltigkeit im Verkehr meint sowie welche Verkehrsmittel nachhaltig wirken und warum das so ist. Das Kapitel führt aus, dass Gehen die erste und ursprüngliche Art der Fortbewegung ist – wenn man vom Robben und Krabbeln absieht. Das setzt den Menschen in Gegensatz zu den ortsfesten Pflanzen. Mobilität ist für den Menschen unabdingbar.

Das zweite Kapitel befasst sich mit den Merkmalen und Erscheinungsformen von Gehen. Es betrachtet Gehen von verschiedenen Gesichtspunkten. Der Schwerpunkt der Betrachtung richtet sich auf verschiedene Gruppen von Fußgängern und den jeweils gegebenen Sachzusammenhang. Es untersucht Für und Wider unterschiedlicher Umstände und zeigt, wie sie zusammenhängen. Es zeigt vor allem auf, dass Gehen eine nachhaltige Form des Transports ist, sowohl was die ökonomische Seite als auch die soziale und umweltbezogene Seite betrifft.

Das dritte Kapitel setzt sich mit dem menschlichen Verhalten und seiner Variabilität auseinander. Es beschreibt, dass es für eine Verhaltensänderung nicht allein genügt, etwas zu wissen. Es zeigt auf, wie sich Verhaltensgewohnheiten bilden und wie sie stabilisiert werden. Es gibt Umstände, die Menschen hindern zu Fuß zu gehen, und es wird versucht darzustellen, wie man diese Hinderungsgründe beseitigen kann. Zu diesen Umständen gehören der Zeitaufwand für das Gehen, der Aufwand an Energie, der zu leisten ist, die Ermüdung des Gehers, der geringe Aktionsradius beim Gehen sowie dem Wetter ausgesetzt sein. Es wird versucht darzulegen, wie Verkehrsplaner diesen Umständen entgegenwirken können.

Das vierte Kapitel richtet sich vorwiegend an Entscheidungsträger wie Politiker und Verkehrsplaner mit der Darstellung von Beispielen, wie man das Zufußgehen fördern kann. Es legt die Argumente klar, welche für Gehen sprechen und beschreibt die Grundzüge von Kampagnen und sozialem Marketing zur Förderung des Zufußgehens. Es sucht das Bewusstsein der Gesellschaft für das Problem und die Bereitschaft zum Handeln zu wecken. Es beschreibt auch das Lobbying für das Gehen.

Das fünfte Kapitel hängt nun gewissermaßen Fleisch an das theoretische Gerüst und stellt erfolgreiche Beispiele für Aktionen dar. Es zeigt auf, wie es möglich ist, die theoretisch begründeten Forderungen umzusetzen. Erwähnt werden u. a. die Aktion „Bef(w)usst unterwegs“ aus Wien, aus New Zealand die Aktion „The Pedestrian Experience“, aus den USA „culs-de sac“ or similar types of street network with fewer interconnections und die Aktion „The most walkable cities around the globe“ sowie viele andere Aktivitäten.

Das sechste Kapitel berichtet – an Stelle einer Zusammenfassung – die (idealisierte) Geschichte von Walkington (walk = gehen). Diese Stadt wollte – nomen est omen

– ihrem Namen Ehre machen und durch Förderung des Gehens zur Lösung der ökologischen Krise beitragen. Man nahm sich vor, so viel als möglich zur Förderung des Gehens zu tun und suchte das auch umzusetzen.

Wem ist dieses Buch zu empfehlen? Es ist für all jene interessant, die sich für die Gesundheitsfolgen von Gehen interessieren und diese Vorteile nutzen möchten. Gehen erzeugt Endorphine, die natürlichen Glückshormone, welche depressiven Gefühlen entgegenwirken. Es stärkt viele Muskeln und regt den Blutkreislauf an, es schont die Umwelt etc. Der Nachteil ist, dass dieses Buch in englischer Sprache verfasst ist, wiewohl keiner der beiden Autoren Englisch als Muttersprache hat. Es ist auf eine baldige Übersetzung in deutsche Sprache zu hoffen.

Für Sie gelesen von
Wolf-Dietrich Zuzan
aus Salzburg

Blaser, Klaus

Sag Ja zum Nein sagen. Das Trainingsprogramm zur Stärkung der eigenen Grenzen.

2020, 1. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta
ISBN 978-3-608-98324-1, 240 Seiten, EUR 25,80

Herr Dr. Klaus Blaser arbeitet als Psychiater und Psychotherapeut in eigener Praxis in der Schweiz. Das vorliegende Buch fasst ein achtwöchiges Trainingsprogramm zur Stärkung der Ich-Grenze zusammen, das am Centre for Applied Boundary Studies in Basel als Gruppenprogramm angeboten wird. Warum sich mit der mentalen Ich-Grenze beschäftigen? Stabile, schutzgebende und funktionierende Ich-Grenzen bewahren den Ort des Intimen und Persönlichen, wo wir mit unseren Geheimnissen alleine sein können. Eine Vernachlässigung der eigenen Grenze kann nicht nur Unverständnis und Überforderung im Alltag bedeuten, sondern auch zu beachtlichen gesundheitlichen Einschränkungen und Konflikten führen. Eine verbesserte Abgrenzung zu außen führt dagegen zu Geborgenheit, fördert Wohlbefinden und trägt langfristig zu einem selbstbestimmteren, vielleicht auch selbstbewussteren zwischenmenschlichen Austausch bei.

Leserinnen und Leser werden in diesem Selbsthilferatgeber schrittweise angeleitet, ihre Aufmerksamkeit zu lenken und ihre Grenzen zwischen sich und anderen

wahrzunehmen, das heißt zunächst einmal bewusster selbst zu beobachten und gegebenenfalls auch eine Perspektive von außen einzunehmen. Die Selbstbeobachtung bezieht sich auf Gefühle, Erfahrungen und Glaubenssätze, Verhaltensweisen und vor allem auf Bilder. Auf der beiliegenden Audio-CD verhelfen Imaginationsübungen, die Beobachtung und Auseinandersetzung mit der eigenen Grenze bewusster und genauer auszumachen. Im Laufe des Trainings geht es in den Hausübungen darum, nicht nur mentale Grenzen besser wahrzunehmen, sondern auch selbstbestimmte Handlungen im Alltag umzusetzen, wie z. B. Nein sagen. Die Erfahrungen werden in Selbstbeobachtungsprotokollen notiert und ausgewertet, damit eine verbesserte Selbstwahrnehmung die Wahrscheinlichkeit einer verbesserten Selbstregulation erhöhen kann. In den aufbauenden Kapiteln des Buches werden Achtsamkeit, Empathie und Mitfühlen unterschieden und verständlich erklärt.

Im Umgang mit Grenzen interessiert die Frage, worin der Unterschied zwischen uns und anderen liegt und wo ein Austausch möglich ist und gelingen kann. Am Ende des Ratgebers sind Protokolle für jeweils 7 Tage zusammengestellt, die vom positiven Fremdbild, Nein sagen, angenehmen Gefühlen und Übernahme fremder Perspektiven handeln. Ein Fragebogen „Boundary Protection Scale – 14“ (Blaser, Zlabinger, Hautzinger & Hinterberger, 2014) ist als Erfolgsmessendes Verfahren vor und nach dem Training auszufüllen.

Dem Autor sind der didaktische Aufbau des Buches und vor allem die ansprechende Auswahl an Imaginationen und Metaphern besonders gut gelungen. Die Vorbereitung und Erklärung der Imaginationsübungen auf der Audio-CD sind ausführlich, machen neugierig und motivieren zum Weitermachen. Das wiederholte Hören lädt ein, Neues zu entdecken oder Erinnerungen wieder zu beleben. Das Buch ist begleitend zum Schweizer Gruppentraining oder zur Selbsthilfe empfohlen. Das Gemeinsame der vorliegenden Lektüre mit einem Training sozialer Kompetenzen bzw. Skills-Training liegt in der Anforderung des Übens, der Unterschied in der Förderung der Vorstellungskraft und der sprachlichen Ausdrucksform für die Beschreibung von „mentalenen Grenzen“.

Interessierte Leserinnen und Leser profitieren von dem Buch „Sag Ja zum Nein sagen“, wenn sie neben dem Erwerb und Ausbau sozialer Fertigkeiten einen ergänzenden methodischen Zugang für das Bewusstsein eigener Grenzen suchen und sich wirksam stärken möchten.

Für Sie gelesen von
Ulrike Richter
aus Linz a. d. Donau

Bücherliste

Bücher, die zur Rezension angefordert werden können

Sollten Sie Interesse haben, eines der Bücher für die PiÖ zu rezensieren, wenden Sie sich bitte an Frau Mag.^a Ulrike Richter (richter.pioe@boep.or.at).

Augusta, G. (2020). Unter uns hieß er der Rattenmann. Die Lebensgeschichte des Sigmund-Freud-Patienten Ernst Lanzer.

Mandelbaum Verlag.

Glasl, F. (2020). Konfliktfähigkeit statt Streitlust oder Konfliktscheu. Die Chance, sich selbst und zueinander zu finden.

Verlag am Goetheanum.

Haslam, S. A., Reicher, S. D. & Platow, M. J. (2020). The New Psychology of Leadership Identity, Influence and Power. 2nd Edition.

Routledge.

Jacob, G. (2020). Vorsicht Therapiefallen! Verfallene Situationen und Sackgassen in der Psychotherapie erkennen und auflösen.

Beltz Verlag.

Rotthaus, W. (2020). Ängste von Kindern und Jugendlichen erkennen, verstehen, lösen. Das Elternbuch.

Carl-Auer Verlag.

Schindler, B., Abt-Mörstedt, B. & Stieglitz, R.-D. (2020). Flugangst und Flugphobie, Reihe: Fortschritte der Psychotherapie, Band 78.

Hogrefe Verlag.

Spitzer, M. (2020). Die Smartphone-Epidemie. Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft. 2. Druckauflage.

Klett-Cotta Verlag.

Strobach, T. (2020). Kognitive Psychologie. 1. Auflage.

Kohlhammer Verlag.

Teismann, T. & Hanning, S. (2020). Das Depressionsbuch. Informationen für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Psychiatrie Verlag.

Wrede, B. A. & Zimmermann, B. A. (2020). Mini-Handbuch Coaching und Digitalisierung. Potenziale erkennen, Chancen nutzen, Fehler vermeiden.

Beltz Verlag.

Bitte senden Sie Ihre Rezension innerhalb eines Jahres an: richter.pioe@boep.or.at – Die Richtlinien für Rezensionen finden Sie unter: http://www.pioe.at/fuer_autorInnen/.