Erschienen am 20.05.2015
160 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-95571-373-7

Christine Dunkley, Maggie Stanton

# Achtsamkeitstechniken vermitteln

## Ein praktischer Leitfaden

Bücher über das Thema Achtsamkeit gibt es viele. In der Regel sind es Sammlungen von Übungen oder sie beschäftigen sich damit, wie Achtsamkeit in diversen Lebenssituationen helfen kann. Wie aber vermitteln Therapeutinnen oder Ärzte ihren Klienten Achtsamkeitstechniken, wenn diese keinerlei Vorkenntnisse haben? Hier setzt dieses Buch an. Die Autorinnen stellen die effektivsten Techniken vor, wie man Klientinnen und Klienten Achtsamkeitsübungen nahebringt.

• Wie führe ich eine Klientin an eine Technik heran?
• Wie kann ich das Feedback des Klienten nutzen?
• Wie können Klienten lernen, Achtsamkeitsübungen in ihren Alltag zu integrieren?

Dieser Band aus der Reihe „Therapeutische Skills kompakt“ bietet all jenen einen strukturierten Leitfaden, die künftig Achtsamkeitstechniken an ihre Klienten weitergeben möchten. Aber auch diejenigen, die auf diesem Gebiet bereits Erfahrung haben, können von dem Buch profitieren.

# Autorenprofil

## Christine Dunkley

Christine Dunkley ist Psychotherapeutin und bildet in Großbritannien Therapeutinnen und Therapeuten in Dialektischer Verhaltenstherapie weiter.

## Maggie Stanton

Maggie Stanton ist klinische Psychologin und lehrt an der Universität Southampton.

# Pressestimmen

**Junfermann Verlag GmbH**
Driburger Straße 24 d • 33100 Paderborn
Telefon: ++49 / 5251 / 1344-0 • E-Mail: infoteam@junfermann.de
www.junfermann.de