



Erschienen am 17.12.2013  
288 Seiten  
Format: x  
ISBN: 978-3-87387-938-6

Randy J. Semple, Jennifer Lee

## Achtsamkeitsbasierte Therapie für Kinder mit Angststörung

In diesem Buch wird ein innovativer und sehr effektiver Ansatz zur Behandlung von Angststörungen bei Kindern vorgestellt: die achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie für Kinder (ABKT-K), eine Kombination aus kognitiver Therapie und Achtsamkeitsübungen. Durch Schulung ihrer Bewusstheit und ihres Mitgefühls sollen betroffene Kinder besser in die Lage versetzt werden, zwischen Gedanken, Gefühlen und Erfahrungen zu unterscheiden und so besser mit Symptomen umzugehen. Die ABKT-K ist auf zwölf Sitzungen ausgelegt und wurde für Kinder im Alter zwischen neun und zwölf Jahren als Gruppentherapie entwickelt. Mit altersgerechten Anpassungen ist sie aber auch für ältere oder jüngere Kinder geeignet. Auf der beiliegenden CD finden sich detaillierte Informationen für die Durchführung jeder Sitzung sowie ergänzende Materialien und Handouts.

## Autorenprofil

### Jennifer Lee

Dr. Jennifer Lee arbeitet als klinische Psychologin in eigener Praxis, in einer Kinderklinik und lehrt am Marist College.

### Randy J. Semple

Dr. Randy J. Semple ist wissenschaftliche Assistentin in der Abteilung für Psychiatrie und Verhaltensforschung der University of Southern California.