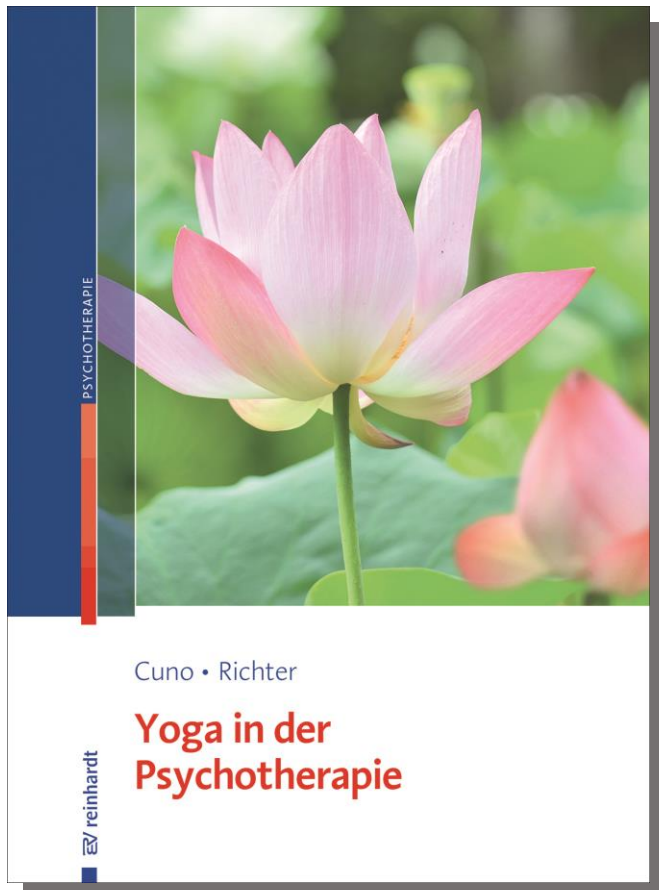


Wie der Geist zur Ruhe kommt



Angela Cuno / Thomas Richter

Yoga in der Psychotherapie

2023. 109 Seiten.

Innenteil farbig mit zahlreichen Abbildungen.

(978-3-497-03220-4) kt

€ [D] 22,00 / € [A] 22,70

Die Autoren:

Angela Cuno und **Thomas Richter** sind Diplom-Psychologen und als Psychologische Psychotherapeuten seit 1989 in gemeinsamer Praxis in Gütersloh tätig. Darüber hinaus unterrichten sie Yoga und lehren seit 2014 zum Thema „Integration von Yoga in die Psychotherapie“ in verschiedenen Berufsverbänden.

- farbige Bilder und wörtliche Anleitungen
- beispielhafte Therapiesitzungen und -verläufe
- Möglichkeiten und Grenzen des Yoga

Yoga ist, wenn der Geist zur Ruhe kommt. Und damit haben Yoga und Psychotherapie schon ein gemeinsames Ziel. Beides wird in diesem Praxisbuch für PsychotherapeutInnen verbunden, indem die Wurzeln des Yoga sowie Studien zur Wirkweise beschrieben werden. Yoga und Verhaltenstherapie werden miteinander verknüpft: So erarbeitet z. B. ein Angstpatient den Glaubenssatz „Ich schaffe das nicht“ therapeutisch, ersetzt ihn durch einen positiven Satz und verstärkt diesen durch eine kräftigende Yoga-Haltung („Held“). Solche Körper- und Atemübungen, Imaginations- und Meditationsanleitungen werden wörtlich beschrieben und durch Fotos veranschaulicht. Dabei sind die Übungen immer auch für PatientInnen ohne Yoga-Vorerfahrung geeignet. Ein wertvolles Buch für interessierte PsychotherapeutInnen, die (erste) eigene Erfahrungen mit Yoga haben.



Bestellschein auf der Rückseite

BESTELLSCHEIN

Einfach und bequem bestellen – per Fax, E-Mail, telefonisch oder Post!

Ernst Reinhardt Verlag | Tel. +49 (0)89 /17 80 16-0 | Fax -30 | info@reinhardt-verlag.de | www.reinhardt-verlag.de
Unsere AGB finden Sie hier: www.reinhardt-verlag.de/agb.

Ernst Reinhardt Verlag
Postfach 20 07 65
80007 München
Deutschland



..... Ex. **Cuno / Richter: Yoga in der Psychotherapie**
(978-3-497-03220-4) kt
€ [D] 22,00 / € [A] 22,70

Name / Institution

Straße, Hausnr.

versandkostenfreie Lieferung (max. 6 Werktage) innerhalb
Deutschlands, nach Belgien, Österreich, Luxemburg sowie in die
Niederlande und die Schweiz

PLZ, Ort

Bitte senden Sie mir ca. alle 2 Monate den Reinhardt-Newsletter mit aktuellen Neuer-
scheinungen und Neuauflagen an meine E-Mail-Adresse:
(Dieser Wunsch kann jederzeit durch ein Fax oder eine E-Mail widerrufen werden.)

Es gelten die AGB des Verlags, die ich mit meiner Unterschrift anerkenne.

x

Datum, Unterschrift

(Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt. Preisänderung vorbehalten.)

DATENSCHUTZ & INFORMATIONSPFLICHT: Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, 80639 München, verarbeitet Name, Vorname, Adresse, Tel. / Fax, E-Mail des Interes-
senten zum Zweck der Zustellung der Ware und für Marketingzwecke. Rechtsgrundlage: Bestellung bzw. Interessensabwägung, um Ware oder Informationen
zuzusenden. Wir speichern Ihre Daten und geben sie zur Bestellabwicklung an Vertragspartner (z.B. Brockhaus Commission) weiter, ggf. auch an die utb GmbH
zu Marketingzwecken. Keine Übermittlung in Drittländer. Datenspeicherungsdauer entsprechend gesetzlicher Aufbewahrungsfristen. Als Interessent haben Sie
das Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung („Vergessenwerden“), Einschränkung der Verarbeitung sowie ein Widerspruchsrecht, Recht auf Datenportabilität
und Recht auf Widerruf einer Einwilligung. Nehmen Sie in diesen Fällen z.B. über E-Mail an info@reinhardt-verlag.de Kontakt zu uns auf. Stellen Sie die Daten
nicht bereit, ist eine Bestellabwicklung nicht möglich. Ihnen steht ein Beschwerderecht bei einer Aufsichtsbehörde zu. Unseren Datenschutzbeauftragten errei-
chen Sie unter dsb@reinhardt-verlag.de