

# Körperorientierte Methoden für den Umgang mit Belastungen



Thea Rytz / Silvia Wiesmann  
**Essstörungen und Adipositas: Akzeptanz verkörpern**  
Formen körperorientierter Gruppentherapien  
2013. Etwa 250 S., Kt  
etwa CHF 35.50 / € 24.95  
ISBN 978-3-456-85198-3  
E-Book etwa CHF 29.99 / € 21.99  
Erscheint etwa Februar 2013

Der Lebensstil in westlichen Industrienationen ist dominiert von Zeit- und Leistungsdruck, Bewegungsmangel, Konsum- und Schönheitsidealen und der damit einhergehenden Entfremdung von einem schlichten Alltag mit sinnlich nährenden Bezügen. Immer mehr Menschen versuchen, emotionale Schwierigkeiten und konfliktreiche Beziehungen zu bewältigen, indem sie ihren Körper manipulieren oder versuchen, ihre körperliche Befindlichkeit zu ignorieren. Sie pendeln zwischen zu viel und zu wenig Kontrolle, werden ängstlich, zwanghaft oder süchtig. Essstörungen und Adipositas sowie subklinische Formen von Essverhaltensstörungen haben in allen westlichen Ländern zugenommen.

Hier sind Therapien gefragt, die sowohl auf der körperlichen als auch auf der emotionalen Ebene ansetzen und Betroffene wieder in achtsamen Bezug zu sich und ihrer Umwelt bringen. In diesem Buch schildern zehn erfahrene Therapeutinnen, wie sie in klinischen Gruppensettings Körperpsychotherapien in der Behandlung von Menschen mit Essstörungen und Adipositas anwenden. Sie vertreten die Vielfalt der aktuell wichtigsten körperorientierten Methoden. Darüber hinaus bieten sie Modelle an, wie Akzeptanz verkörpert wird. Ihre therapeutischen Arbeit ist von Respekt für die PatientInnen und wohlwollender Präsenz getragen. Nicht zuletzt dadurch können psychisch und körperlich belastete Menschen neue Wahrnehmungs- und Handlungsspielräume entdecken, destruktive Bewältigungsmuster ablegen und sich Schritt für Schritt auf einen Weg der Selbstfürsorge begeben.

HUBER



[www.verlag-hanshuber.com](http://www.verlag-hanshuber.com)

## Bestellschein – Ich/wir bestelle/n aus dem Verlag Hans Huber Bern

Ex. Thea Rytz / Silvia Wiesmann: Essstörungen und Adipositas: Akzeptanz verkörpern  
etwa CHF 35.50 / € 24.95 ISBN 978-3-456-85198-3

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße / Nr. \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Zu beziehen über Ihre Buchhandlung:

oder einsenden an:

Hogrefe & Huber,  
Herbert-Quandt-Str. 4, 37081 Göttingen  
Tel. 0551/999 50 950, Fax -955, E-Mail: [distribution@hogrefe.de](mailto:distribution@hogrefe.de)

Verlag Hans Huber, Hogrefe AG,  
Länggass-Strasse 76, CH-3000 Bern 9  
Tel. 031/300 45-00, Fax -94, E-Mail: [distribution@hanshuber.com](mailto:distribution@hanshuber.com)

Preisänderungen vorbehalten