

Alan Fogel

## Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie

Vom Körpergefühl zur Kognition

Deutsche Übersetzung und Bearbeitung von Helmi Boese



Schattauer

NEU

# Die Wiederentdeckung des Körpergefühls

Alan Fogel

## Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie

Vom Körpergefühl zur Kognition

Deutsche Übersetzung und Bearbeitung von Helmi Boese  
2013. Ca. 400 Seiten, 32 Abb., 17 Tab., geb.  
ca. € 49,99 (D) / € 51,40 (A)  
ISBN 978-3-7945-2965-0

- Körper & Geist:** Von der Wiederentdeckung des Körpergefühls zur erweiterten Kognition
- Entwicklungspsychologie & Neurobiologie:** Neurobiologische Grundlagen für die Körperpsychotherapie
- Praxis & Wissenschaft:** Bekannte Forschungen mit einer Vielzahl neuer Untersuchungsergebnisse verbunden und durch Fallberichte verständlich aufbereitet

Ein gutes und realistisches Körpergefühl ist essenziell für unser Wohlbefinden. In der Anpassung an wechselnde Lebensphasen und -wirklichkeiten kann es uns jedoch vorübergehend oder dauerhaft verlorengehen – oft mit der Folge schmerzhafter Verdrängung.

Dieses innovative und interdisziplinäre Werk macht den Weg frei für die verkörperte Selbstwahrnehmung in Gestalt von Bewegungen, Empfindungen und Emotionen. Alan Fogels Buch verbindet die komplizierte, technische Welt der psychologischen und biomedizinischen Forschung mit der gelebten Welt menschlicher Entwicklung und Erfahrung. Es erläutert psychophysiologische Grundprinzipien für die Überwindung krankmachender oder traumatischer Belastungen.

Alan Fogel gelingt es, unsere unscharfe, instinktive Kenntnis über den Körper und die Selbstwahrnehmung in verständliches Wissen und anwendbare Optionen zu übersetzen. Dabei verbindet er verschiedene Methoden der Körperwahrnehmung, wie Bewegungs- und Berührungstherapien, Meditation und die bildenden Künste, mit der somatischen Psychotherapie und verschiedenen komplementär- und alternativmedizinischen Verfahren. Zahlreiche klinische Beispiele aus der Arbeit mit verletzten und traumatisierten Klienten illustrieren und untermauern Fogels fruchtbaren Ansatz, der sich an Therapeuten, Ärzte, Psychologen, Lehrer, Studenten und andere Interessierte richtet.

Das Buch schafft die Voraussetzungen für einen weitreichenden Wandel in der Psychotherapie und Medizin, wie er mit der Körperpsychotherapie im Embodiment zur Verfügung steht. Aus einem gut entwickelten Körpergefühl kann neue Erkenntnis erwachsen, die Kognition erweitert sich und dysfunktionales Verhalten kann sich ändern. Die Entwicklungsforschung des Autors bildet zusammen mit der Wahrnehmungsforschung der letzten 100 Jahre das solide und komplexe Fundament dieses Werkes.

Geben Sie diesen Bestellcoupon in Ihrer Buchhandlung ab oder senden Sie ihn an:

### Bestellen Sie jetzt:

- E-Mail: [order@schattauer-shop.de](mailto:order@schattauer-shop.de)
- Fax: 0711 22987-85
- Tel.: 0711 22987-69
- [www.schattauer.de/shop](http://www.schattauer.de/shop)
- Schattauer GmbH  
Buch-Shop  
Postfach 10 45 43  
70040 Stuttgart • Deutschland

- ✓ 14 Tage Rückgaberecht
- ✓ Bezahlung gegen Rechnung
- ✓ Portopauschale € 2,50
- ✓ Portofreie Lieferung ab € 50,-

Geschäftsführer: Dieter Bergemann, Dipl.-Psych. Dr. med. Wulf Bertram, Jan Haaf, Registergericht Stuttgart HRB 3357

### Ja, ich bestelle aus dem Schattauer Verlag:

\_\_\_\_ Expl. Fogel  
**Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie**  
Ca. € 49,99 (D) / € 51,40 (A)  
ISBN 978-3-7945-2965-0

### Meine Adresse:

\_\_\_\_\_  
Name | Vorname | Stempel

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ | Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon | E-Mail

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

Ja, ich möchte vom Schattauer Verlag über relevante Fachliteratur und neue Produkte informiert werden. Dieses Einverständnis kann ich jederzeit unter [info@schattauer.de](mailto:info@schattauer.de) widerrufen. Meine Daten werden nach den aktuellen Datenschutzbestimmungen erhoben.

Irrtum und Preisänderungen vorbehalten, April 2013

[www.schattauer.de](http://www.schattauer.de)

Schattauer