

Leben mit Schizophrenie

Heil D., Schüpbach D.: «Schizophrenien»,
3. Auflage, 154 Seiten, 9 Abbildungen,
34 Fr., Springer-Verlag,
Berlin, Heidelberg, New York 2004.

Obwohl weltweit über 40 Millionen Menschen an Schizophrenie leiden, hält sich in der Öffentlichkeit immer



noch hartnäckig die irri- ge Meinung, Schizophrenie- kranke seien geistig minder- bemit- telt, gewalttätig und ihrer Krank- heit hilf- los ausgeliefert. Ziel des Buches ist es, diese Vorur- teile zu entkräften, Betroffene und Angehörige auf-

zuklären und ihnen praktische Tipps zum besseren Umgang mit der Erkrankung zu geben. Die in den letzten Jahren durch medikamentöse sowie psychotherapeutische Entwicklungen entstandenen Veränderungen und neuen Möglichkeiten in der Therapie der Schizophrenie sind in der aktuellen Auflage des Ratgebers berücksichtigt worden. Einen Schwerpunkt des Buches bilden die praktischen Herausforderungen im Umgang mit Schizophreniekranken. Statt abstrakter Theorien werden anhand von vielen Beispielen konkrete Erfahrungen und relevante Untersuchungsergebnisse ins Zentrum gerückt. Dabei findet neben der wissenschaftlichen Perspektive auch die Selbsterfahrung betroffener Personen den ihr gebührenden Platz.

Stress lass nach

Kaluza G.: «Stressbewältigung»,
1. Auflage, 257 Seiten, 22 Abbildungen und
14 Tabellen, inkl. CD mit Trainingsmaterialien,
59,50 Fr., Springer-Verlag,
Berlin, Heidelberg, New York 2004.

Stressverstärker erkennen – Problemlösen – Entspannen – Genießen: Aus diesen vier Schritten besteht das Programm des Autors zur Stressbewäl-



tigung. Das Training «Gelassen und sicher im Stress» wird seit 20 Jahren erfolgreich eingesetzt und ist im Katalog präventiver Leistungen der Krankenkassen enthalten. Das Manual richtet sich an Psychologen und Psychotherapeuten:

Nach den theoretischen Grundlagen zur Stressbewältigung und Gesundheitsförderung werden alle Schritte des Programms detailliert dargestellt. Die Trainingsmodule sind mit vielen didaktischen Hinweisen, Beispielinstruktionen und praktischen Übungen ausgestattet und ermöglichen so die professionelle Durchführung des Trainings. Vorbild-

lich: Im Anhang des Buches sowie auf der beiliegenden CD-ROM finden sich (Druck-)Vorlagen für alle Materialien, die für die Durchführung des Trainings benötigt werden.

Entspannen will gelehrt sein

Krapf M., Krapf G.: «Autogenes Training»,
6. Auflage, 158 Seiten, 3 Abbildungen,
34 Fr., Springer-Verlag,
Berlin, Heidelberg, New York 2004.

Die fundierte Vermittlung des autogenen Trainings ist unabdingbare Grundlage der richtigen Anwendung und seiner langfristigen, positiven Wirkungen. Dazu braucht der Kursleiter aber viel, viel Übung und anwendungsbezogenes Wissen. Dieses wird ihm (aber auch Lernenden und Einsteigern) in diesem Buch vermittelt – verständlich geschrieben und mit einer Fülle von anregenden Fallbeispielen garniert. Ein einleitender, theoretischer Teil befasst sich mit der Entstehung und Entwicklung, der Wirkung, aber auch mit den Grenzen des autogenen Trainings. Im

Studien richtig anlegen und interpretieren

Höfler M.: «Statistik in der Epidemiologie psychischer Störungen», 1. Auflage,
164 Seiten, 22 Abbildungen und 4 Tabellen,
51 Fr., Springer-Verlag,
Berlin, Heidelberg, New York 2004

Epidemiologische Studien in der klinischen Psychologie und Psychiatrie untersuchen ungeheuer komplexe Störungsbilder. Der Autor zeigt in dieser praxisorientierten Darstellung, wie Studien anzulegen und statistische Ergebnisse zu interpretieren sind. Die



Lesbarkeit wird nicht mit Formeln und mathematischen Details erschwert, sondern statistische Methoden und Ansätze werden einfach und nachvollziehbar erklärt. Der Schwerpunkt liegt dabei auf einem für den Forschungsalltag sinnvollen Verständnis von Kausalität. Viele praktische Beispiele aus der Forschungsillustration der vorgestellten Methoden und veranschaulichen die im Alltag auftauchenden Probleme und deren Lösungen. Das Buch richtet sich an Mediziner und an Psychologen, vorausgesetzt werden lediglich Grundkenntnisse der Statistik.

umfangreicheren praktischen Teil werden dann die sechs Übungen systematisch (Instruktion, Ablauf, Erleben bei den Lernenden, Problembehandlung und spezifische Anwendungsmöglichkeiten), detailliert und – durch viele eingestreute Fallbeispiele – äusserst praxisbezogen behandelt. Ein Ausblick auf die Oberstufe des autogenen Trainings rundet schliesslich die empfehlenswerte Lektüre ab.

