



Helena Harms

Psychologische Schmerzbewältigung

Ein pragmatisches Konzept für die Gruppenarbeit

1. Auflage 2009. 128 Seiten.

(978-3-497-02101-7) kt

€ [D] 17,90 / € [A] 18,40

(alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt.)

- [Kurztext](#)
- [Inhalt](#)
- [Autoreninfo](#)
- [Leseprobe](#)

Kurztext

Dieses praxiserprobte Konzept für die Gruppenarbeit mit Schmerzpatienten besteht aus einzelnen Sitzungen, die den Patienten Techniken zur Schmerzkontrolle vermitteln. Durch den Austausch mit den Leidensgenossen setzen sich die Patienten aktiv mit der eigenen Situation auseinander und lernen, das richtige Hilfsangebot für sich herauszufinden. Die Gruppensitzungen sind mit Entspannungsübungen, Phantasie Reisen und Literaturtipps für den Kursleiter so aufbereitet, dass man sie direkt einsetzen kann – als Kurs, offene Gruppe, Informationsangebot für Selbsthilfegruppen oder auch als Grundlage für Einzelgespräche. Zusätzliche Anwendungshilfen bieten Arbeitsblätter für die Patienten zum Führen eines eigenen „Schmerztagebuchs“ und Zusammenfassungen der Sitzungen als Handout, wie die „Sieben Schritte zur Entspannung“.

Arbeitsmaterialien können Sie sich hier herunterladen:

[Arbeitsblätter](#)

[Infoblätter](#)

Von der Autorin ist außerdem lieferbar:

[Spielend Rechnen lernen](#)

[Mit Wolkenschäfchen in den Schlaf](#)

Inhalt

Das ausführliche und vollständige

[Inhaltsverzeichnis](#) können Sie sich als PDF-Datei herunterladen (mit Adobe Acrobat Reader, neuste Version, zu öffnen).

Autoreninformation

Dipl.-Psych. Helena Harms, Berlin, ist Entspannungstherapeutin und betreut Schmerzpatienten als Reha-Psychologin. Sie hat die Bücher „Spielend rechnen lernen“ und „Mit Wolkenschäfchen in den Schlaf“ im Reinhardt Verlag veröffentlicht.

Leseprobe

Eine [Leseprobe](#) können Sie sich als PDF-Datei herunterladen (mit Adobe Acrobat Reader, neuste Version, zu öffnen).