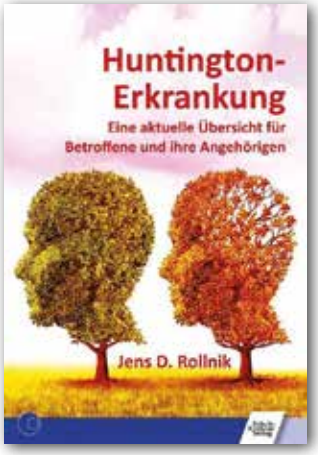
Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de



gungsstörungen. Mit dem Buch will er über die Erkrankungsursachen und Verläufe sowie Behandlungsmöglichkeiten aufklären. Bereits im Vorwort wendet er sich mit einer einfühlsamen und persönlichen Anrede an den Leser. Der Zielgruppe entsprechend sind die Texte leicht verständlich geschrieben. Fachbegriffe werden in einfachen Worten erklärt. Jedes Kapitel schließt mit einer kurzen Zusammenfassung der wichtigsten Aussagen ab. Der Autor betont, dass es sich bei dem Buch nicht um eine wissenschaftliche Veröffentlichung handelt, dennoch erfüllt es wissenschaftliche Standards. Besonders hervorzuheben ist seine praxisnahe Herangehensweise auf der Basis jahrelanger Erfahrungen, indem Beispiele von häufig auftretenden Schwierigkeiten im Alltag beschrieben werden. Darüber hinaus werden konkrete Kontaktadressen, weiterführende Internetadressen und Literaturempfehlungen zu spezifischen Schwierigkeiten wie Schluckstörungen gegeben.

Sein umfassender Blick wird durch die breite Palette an Behandlungsansätzen deutlich. Symptomatische Therapien in Form von Medikamentierung werden aufgezeigt, aber auch bisher weniger anerkannte, „modifizierende" Therapien wie durch Nahrungsergänzungsmittel werden ausführlich erläutert. Obwohl ihre Wirksamkeit am Menschen (noch) nicht ausreichend erforscht ist, nehmen sie einen großen Raum im Buch ein. Im Gegensatz dazu finden Heilmittel wie die Ergo- und Physiotherapie sowie Logopädie, zusammengefasst in einem kurzen Kapitel, eher nur knapp, oberflächlich und wenig aussagekräftig Erwähnung. Immerhin erfolgt die wichtige Information, dass Versicherte einen gesetzlichen Anspruch auf Heilmittel haben. Ein Ausblick in die Zukunft wird durch die Beschreibung unterschiedlicher genetischer Therapieansätze gegeben. Auch wenn viele davon derzeit noch nicht möglich sind, wecken sie Hoffnung. Insgesamt findet der Autor durchweg ermutigende und hoffnungsvolle Worte für Betroffene und Angehörige. Somit bietet sich der Ratgeber zur Empfehlung an Klienten an, aber auch Ergotherapeuten selbst können ihr Wissen zur Huntington-Erkrankung erweitern.

Linda Kohlmann, Ergotherapeutin B. Sc.



Zuhause im eigenen Körper
Strategien für eine lebendige Körperwahrnehmung
Sabine Ecker, Beltz, Weinheim, 2015, 197 Seiten, ISBN 978-3-621-28220-8, gebunden, EUR 22,95

Dieses Buch richtet sich an alle interessierten Menschen, die offen sind für Strategien einer lebendigen Körperwahrnehmung. Sabine Ecker informiert in eingängiger Alltagssprache über die Bedeutung und Rolle der Körperwahrnehmung für den Alltag. Ihr kleiner Ausflug in die Entwicklungspsychologie erklärt einfach und anschaulich Aspekte der Entwicklung eigener Körperselbstbilder.

In den ersten Kapiteln wird Eckers Grundbotschaft erläutert, sich neugierig, fürsorglich und ohne Wertung dem eigenen Körper zuzuwenden, seine Botschaften wahrzunehmen und nutzen zu lernen. Auch im Umgang mit unangenehmen Gefühlen zeigt sie praxisnah auf, wie effektiv es sein kann, die Botschaften des Körpers verstehen zu lernen.

Ecker beginnt im 5. Kapitel mit einer systemischen Schulung der Körperwahrnehmung, gibt dann einen Überblick zu den wichtigsten fernöstlichen und westlichen Meditations-, Achtsamkeits- und Entspannungsmethoden. Mir gefällt dabei, dass sie es dem Leser offen hält, selbst eine Wahl für sich zu treffen. Experimentelle Übungsangebote, die einfach für sich zu adaptieren und in den Alltag zu integrieren sind, erleichtern den Einstieg. Die weiteren Anleitungskapitel zu den Bereichen Atmung, Wohlgefühl im eigenen Körper, Körperhaltung, liebevolle Zuwendung zum Körper bei Schmerzen und in der Sexualität sind reich angefüllt mit Erfahrungen und Übungen aus ihrer psychotherapeutischen Praxis. Besonders das Kapitel Sexualität zeigt einen natürlichen, tabufreien und respektvollen Umgang mit sich selbst. Dennoch betont Ecker immer wieder, dass dieses Buch keine Therapie ersetzt und bei gravierenden Problemen eine kompetente Begleitung zu Rate gezogen werden soll. Sie ermuntert aber auf angenehme Weise, zunächst die eigenen Möglichkeiten – mehr Lebensqualität durch verstärkte körperlich sinnliche Selbstfürsorge auszuloten.

Für Ergotherapeuten könnte dieses Buch hilfreich sein, gemeinsam mit dem Klienten notwendige Aspekte der Körperwahrnehmung, der Achtsamkeit im Alltag zu erarbeiten. Alle Übungen stehen zudem beim Kauf des Buches online zum Download bereit, sodass Klienten selbst einige Dinge ausprobieren können. Persönlich kann ich dieses erfahrungsreiche, anregende Buch sehr empfehlen.

Clara Scheepers-Assmus
Ergotherapeutin, Lehrtherapeutin für KBT

Ihre neue Ansprechpartnerin



Im Mai hat sich **CONNIE KOESLING**, die viele Jahre für unsere Rubrik „Rezensionen" verantwortlich war, in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet. Die Redaktion bedankt sich an dieser Stelle herzlich für die langjährige vertrauensvolle Zusammenarbeit.



Sie haben Lust, selbst ein Buch zu rezensieren oder möchten Kollegen eines empfehlen? Dann melden Sie sich einfach bei **CHRISTINE SCHAEFER**. Sie versorgt Sie ab sofort mit Lesestoff und weiteren Informationen rund um die Rezensionen.

Kontakt: c.schaefer@et-reha.dve.info