

Inhalt

Vorwort	9
Danksagung	11
Einleitung	15

I Was sind Weisheit und Mitgefühl? Warum sollten wir uns um sie kümmern?

KAPITEL 1	Weisheit und Mitgefühl	23
	RONALD SIEGEL, CHRISTOPHER GERMER	
KAPITEL 2	Achtsame Präsenz	67
	TARA BRACH	
KAPITEL 3	Leben mit Mitgefühl und Weisheit aufbauen	87
	BARBARA FREDRICKSON	

2 Die Bedeutung von Mitgefühl

KAPITEL 4	Mitgefühl in der buddhistischen Psychologie JOHN MAKRANSKY	107
KAPITEL 5	Der mitfühlende Therapeut ELISSA ELY	129
KAPITEL 6	Die Wissenschaft vom Selbstmitgefühl KRISTIN NEFF	135
KAPITEL 7	Mitgefühl in der Psychotherapie CHRISTOPHER GERMER	157
KAPITEL 8	Neurobiologische Grundlagen von Mitgefühl RICHARD DAVIDSON	185

3 Die Bedeutung von Weisheit

KAPITEL 9	Weisheit in der buddhistischen Psychologie ANDREW OLENDZKI	199
KAPITEL 10	Der weise Psychotherapeut RONALD SIEGEL	223

KAPITEL 11	Die Wissenschaft von der Weisheit	247
	ROBERT STERNBERG	
KAPITEL 12	Die Weisheit in Beziehung	261
	JANET SURREY, JUDITH JORDAN	
KAPITEL 13	Selbst und Nicht-Selbst in der Psychotherapie	281
	JACK ENGLER, PAUL FULTON	
KAPITEL 14	Neurobiologische Grundlagen von Weisheit	303
	THOMAS MEEKS, RAEH CAHN, DILIP JESTE	

4 Therapeutische Anwendungen

KAPITEL 15	Mitgefühl, Weisheit und suizidale Klienten	327
	MARSHA LINEHAN, ANITA LUNGU	
KAPITEL 16	Drogenabhängigkeit und Rückfallprävention	353
	ALAN MARLATT, SARAH BOWEN, KATHLEEN LUSTYK	
KAPITEL 17	Angststörungen	373
	LIZABETH ROEMER, SUSAN ORSILLO	
KAPITEL 18	Depression	397
	PAUL GILBERT	

KAPITEL 19	Arbeit mit Trauma	423
	JOHN BRIERE	
KAPITEL 20	Das Herz der Paartherapie	447
	RICHARD BOROFSKY, ANTRA BOROFSKY	

5 Bemerkungen zur therapeutischen Praxis

KAPITEL 21	Achtsame Kindererziehung als ein Weg zu Weisheit und Mitgefühl	469
	TRUDY GOODMAN, SUSAN KAISER GREENLAND, DANIEL SIEGEL	
KAPITEL 22	Quellen der Weisheit religiöser Traditionen in der Psychotherapie	491
	KENNETH PARGAMENT, CAROLL ANN FAIGIN	
KAPITEL 23	Mitgefühl und Weisheit	505
	STEPHANIE MORGAN	
	Literaturverzeichnis	527
	Die Herausgeber	587
	Die Autoren	589