

FORUM SEELISCHE GESUNDHEIT

Halle 3, H 101 – 113

Vorträge, Lesungen und Diskussionen zu
GESELLSCHAFT • PSYCHOLOGIE • PSYCHIATRIE



**Leipziger
Buchmesse**

Leipzig liest
17.–20. März 2016

Forum Sach- und Fachbuch

Do., 17.3., 11:00 bis 11:45 Uhr



TRAUMGEBURT

Gelassenheit, Entspannung und Schmerzkontrolle durch Selbsthypnose

Alexandra Kopf stellt dar, wie jede Frau durch mehr Verständnis für den eigenen Körper und mentale Vorbereitung die Geburt selbst positiv beeinflussen und steuern kann. Die Diplompsychologin und Physiotherapeutin greift die natürliche Trance auf, die jede Geburt begleitet, erleichtert und zu einem besonderen Erleben macht, und zeigt, wie sie sich durch Selbsthypnose gezielt nutzen lässt.

Referentin: Alexandra Kopf • Carl-Auer Verlag

Forum Sach- und Fachbuch

Do., 17.3., 11:45 bis 12:30 Uhr



LESEN IST COOL!

Vom Vorlesen zum Selberlesen

Lesen bildet. Das weiß jeder. Aber wie fördere ich das Lesen bei Kindern? Indem ich ihnen vorlese. Arne Ulbricht gibt in seinem Buch Anregungen, was und wie Eltern am besten vorlesen. Er gibt viele konkrete Buchempfehlungen und schildert sehr persönlich, mit welchen Tricks und Techniken man Kindern das Lesen schmackhaft macht.

Referent: Arne Ulbricht • Vandenhoeck & Ruprecht

Forum Sach- und Fachbuch

Do., 17.3., 12:30 bis 13:15 Uhr



VERSTEHEN UND HANDELN

Das Kölner Anti-Gewalt-Programm für Mädchen

Wann wird aus Wut Gewalt? Was durchleben Mädchen und junge Frauen, die später gewalttätig werden? Wie kann man mit dem gewalttätigen Verhalten von Mädchen umgehen? Die Autorinnen haben die Erfahrungen des Kölner Anti-Gewalt-Programms für Mädchen (KAPM) zusammengetragen, geben einen Einblick in die Lebenswelten gewalttätiger Mädchen und beschreiben die Hintergründe und Zusammenhänge von Mädchengewalt.

Referentinnen: Anja Steingen, Melanie Gehring-Decker, Katharina Knors • Vandenhoeck & Ruprecht

Forum Sach- und Fachbuch

Fr., 18.3., 11:00 bis 11:45 Uhr



DIE SCHLAFLOSE GESELLSCHAFT

Wege zu erholsamem Schlaf und mehr Leistungsvermögen

Schlafstörungen sind heute weit verbreitet. Stress, neue Medien oder Schichtarbeit rauben vielen den Schlaf. Fängt der frühe Vogel wirklich den Wurm? Wie schaden Handys dem Schlaf? Macht Schlafmangel dick – und dumm? Der Autor, ein erfahrener Schlafmediziner, geht diesen Fragen nach. Er erklärt Gründe für die Zunahme von Schlafstörungen, zeigt Behandlungstechniken und gibt Tipps für einen gesunden Schlaf.

Referent: Dr. phil. Dipl.-Psych. Hans-Günter Weeß • Schattauer Verlag

Forum Sach- und Fachbuch

Fr., 18.3., 11:45 bis 12:30 Uhr



GRÜBELN

Wie Denkschleifen entstehen und wie man sie löst

Anhaltendes Grübeln belastet und kann zum Entstehen von psychischen Erkrankungen, insbesondere Depressionen, beitragen und diese aufrecht erhalten. Tobias Teismann erläutert was Grübeln von anderen Formen des Nachdenkens unterscheidet, welche Ursachen es dafür gibt und stellt hilfreiche Übungen vor zur Überwindung depressiven Grübelns.

Referent: Dr. Tobias Teismann • BALANCE buch + medien verlag

Forum Sach- und Fachbuch

Fr., 18.3., 12:30 bis 13:15 Uhr



EINFÜHRUNG IN DIE INKLUSIVE SCHULENTWICKLUNG

Die Umstellung auf ein inklusives Schulsystem stellt eine Herausforderung dar, die an Schulen nicht selten in eine lähmende „Problemtrance“ mündet. Die Lehrerin und Beraterin Dr. Saskia Erbring zeigt anhand von vielen praktischen Beispielen Lösungswege auf, Inklusion in der Schule umzusetzen. Denn Inklusion lässt sich nicht wie ein Hindernis aus dem Weg räumen – Inklusion ist der Weg.

Referentin: Dr. Saskia Erbring • Carl-Auer Verlag

Forum Sach- und Fachbuch

Sa., 19.3., 11:00 bis 11:45 Uhr



BESSER SCHLAFEN MIT SELBSTHYPNOSE

Das Fünf-Wochen-Programm für Aufgeweckte

Besser schlafen in fünf Wochen? Wie soll das gehen, wenn man schon seit Monaten keine Nacht mehr durchgeschlafen hat? – Der Psychiater, Coach und Mentaltrainer Dr. Heinz-Wilhelm Gößling stellt sein verständlich und unterhaltsam geschriebenes Übungsprogramm vor. Herzstück des Programms sind Anleitungen zu verschiedenen Formen von wissenschaftlich bewährter, schnell erlernbarer Selbsthypnose.

Referent: Dr. med. Heinz-Wilhelm Gößling • Carl-Auer Verlag

Forum Sach- und Fachbuch

Sa., 19.3., 11:45 bis 12:30 Uhr



HERZWURZELN

Ein Kinderfachbuch für Pflege- und Adoptivkinder

Durch eine liebevoll illustrierte Bildergeschichte und einen altersgerechten Informationsteil erhalten Pflege- und Adoptivkinder sowie deren Bezugspersonen im Buch „Herzwurzeln“ Erklärungen und Anleitungen, um ihre spezielle Situation besser zu verstehen und anzunehmen.

Referentin: Irmela Wiemann • Mabuse Verlag

Forum Sach- und Fachbuch

Sa., 19.3., 12:30 bis 13:15 Uhr

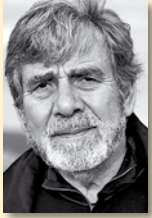


TRANS* IM GLÜCK

Geschlechtsangleichung als Chance

Livia Prüll ist selbst eine Trans*frau und zugleich Medizin- und Wissenschaftshistorikerin. Daher handelt das Buch von dem eigenen Erleben der Autorin und liefert gleichzeitig Forschungsergebnisse der Medizingeschichte und Medizinethik. Die Darstellung spannt einen weiten Bogen vom eigenen Erkennen der Transidentität bis hin zur Frage nach dem Sinn des transidenten Lebens.

Referentin: Prof. Dr. Livia Prüll • Vandenhoeck & Ruprecht



BEREITSEIN IST ALLES!

Kunstreise durch das Land der Psychiatrie

Der Autor macht sich zusammen mit seinen Zuhörern auf den Weg, um neue Zugänge zu wesentlichen Fragen der seelischen Gesundheit und Krankheit zu finden: wie Menschen aufgrund ihrer seelischen Störung in dieser Welt (nicht) zurechtkommen und wie andere Menschen ihnen zu helfen versuchen. Die einzelnen Etappen gehen jeweils von Kunstwerken aus und nicht von psychiatrischen Modellen, Systemen oder Diagnosen. Das Prinzip dieser Kunstreise besteht darin, auf einem gut zugänglichen, fast alltäglichen Territorium immer wieder zu einzelnen Schicksalen und Kunstwerken zurückzukehren und neue Fragen zu stellen.

Referent: Prof. Dr. Wolfgang Werner • dgvt-Verlag



**FORUM
SEELISCHE
GESUNDHEIT**

Das Forum Seelische Gesundheit ist eine Initiative der Verlage

BALANCE buch + medien verlag

Carl-Auer Verlag

dgvt-Verlag

Ernst Reinhardt Verlag

Mabuse-Verlag

Psychiatrie Verlag

Schattauer Verlag

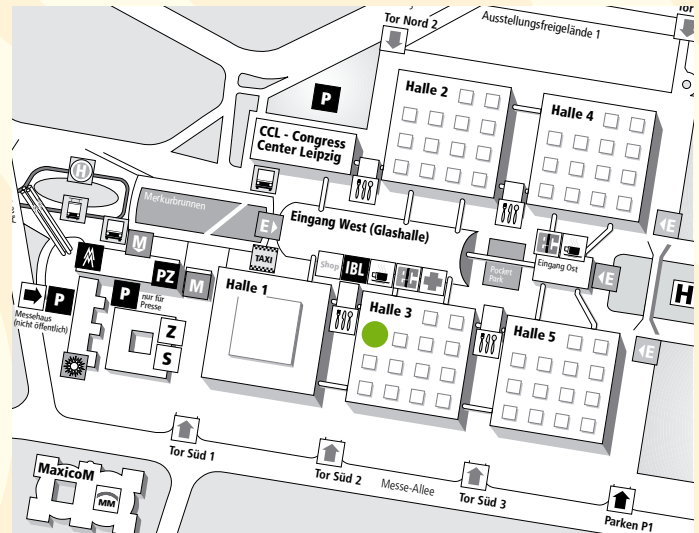
Vandenhoeck & Ruprecht



**FORUM
SEELISCHE
GESUNDHEIT**

Bücher und Informationen aus

analytischer,
humanistischer,
pädagogischer,
personenzentrierter,
psychosomatischer,
sozialpsychiatrischer,
systemischer,
tiefenpsychologischer und
verhaltenstherapeutischer
Sicht



Veranstaltungsort:

Forum Sach- und Fachbuch Halle 3, H 200