

## Literaturlist zur Fortbildung: Achtsame Körperwahrnehmung und Emotionsregulation

Thea Rytz & Silvia Wiesmann, Juni 2018

Buddhismus Kontemplative Traditionen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beck, Charlotte Joko, Zen im Alltag, Knauer 1990</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brach, Tara, Mit dem Herzen eines Buddha: Heilende Wege zu Selbstakzeptanz und Lebensfreude. Knauer 2005</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalai Lama (1999) Das Buch der Menschlichkeit. Eine neue Ethik für unsere Zeit. Bastei Lübbe Verlag</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalai Lama (2003) Die Vier Edlen Wahrheiten. Grundlagen Buddhistischer Praxis. Fischer Taschenbuch</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalai Lama, Goleman, Daniel (2003). Destructive Emotions: How Can We Overcome Them? New York: Bantam Books.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Epstein, Mark, Gedanken ohne den Denker. Das Wechselspiel von Buddhismus und Psychotherapie, 2000 (TB)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Goldstein, Joseph und Jack Kornfield, Einsicht durch Meditation. Ein Meditationsbuch für die Übung im Alltag, Arbor Verlag 2006</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Goleman, Daniel: Die heilende Kraft der Gefühle. Gespräche mit dem Dalai Lama über Achtsamkeit, Emotion und Gesundheit, dtv 2000</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gunaratana, Henepola, Die Praxis der Achtsamkeit. Eine Einführung in die Vipassana Meditation, Heidelberg, Kritzkeitz o.J.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Hanson, Rick und Mendius Richard. Das Gehirn eines Buddhas. Die angewandte Neurowissenschaft von Glück, Liebe und Weisheit. Arbor Verlag</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kornfield, Jack, Frag den Buddha und geh den Weg des Herzens, Lotus Econ</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschatz, Marie, Lieben und Loslassen, Theseus 2002</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nyanaponika, Geistes Schulung durch Achtsamkeit, 1989</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pema, Chödrön (2003) Geh an die Orte, die du fürchtest. Goldmann Verlag.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahula Walpola, Was der Buddha lehrte (vergriffen auf deutsch) What the Buddha taught</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ricard, Matthieu, Happiness, 2006</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rosenberg, Larry, Mit jedem Atemzug, Arbor Verlag 2002</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• S.H. Dalai Lama mit Howard Cutler. Die Regeln des Glücks, Lübbe TB 1999</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salzberg, Sharon, Ein Herz so weit wie die Welt. Buddhistische Achtsamkeitsmeditation als Weg zu Weisheit, Liebe und Mitgefühl, Arbor 1999</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salzberg, Sharon. Metta Meditation. Buddhas revolutionärer Weg zum Glück, Geborgen im Sein, Arbor Verlag</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thich Nhat Hanh . Das Wunder der Achtsamkeit. Eine Einführung in die Meditation. Zürich, München, Berlin: Theseus 1993.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trungpa, Chögyam (1988) Aktive Meditation. Walter Verlag.</li> </ul>
MBSR – mindfulness based stress reduction
MBCT – mindfulness based cognitive therapy
MBEAT – mindfulness eating
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baer Ruth A., Fischer Sarah, Hus Debra B. (2005). MindfulnessBased Cognitive Therapy Applied to Binge Eating: A Case Study, in: Cognitive Behavioral Practice 12, 351a358.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Brantley, Jeffrey: Der Angst den Schrecken nehmen, Arbor Verlag 2006</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feldman, G., Hayes, A., Kumar, S., Greeson, J., &amp; Laurenceau, J.aP. (2007). Mindfulness and Emotion Regulation: The Development and Initial Validation of the Cognitive and Affective Mindfulness Scales Revised (CAMSaR). Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 29, 177–190.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geuter, Ulfried (2008). Achtsamkeit – das Mittel gegen den Alltagsstress, Psychologie heute, August 2008, 22</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grossmann, P., Niemann, L., Schmidt, S., Walach, H. (2004). Mindfulnessbased Stress Reduction and Health Benefits. A MetaAnalysis. Journal of Psychosomatic Research, 57, 35a43.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Heidenreich Thomas, Michalak Johannes (Hrsg. 2004). Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Ein Handbuch. Tübingen dgvtVerlag.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>KabatZinn, Jon, Gesund durch Meditation, Neuauflage Knauer Verlag 2013</b></li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>KabatZinn, Jon, Im Alltag Ruhe finden, Herder Verlag 1998</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kristeller Jean L., Baer Ruth A. (2006) MindfulnessBased Approaches to Eating Disorders, in: Baer Ruth A. Hg. (2006). Mindfulness and AcceptanceBased Interventions. Conceptualization, Application and Empirical Support, San Diego, CA: Elsevier.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>McCown, Reibel, Micozzi (2011) Achtsamkeit lehren. Praxisleitfaden für Therapeuten, Ärzte und Kursleiter. Arbor Verlag</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proulx, Kathryn (2008). Experiences of Women with Bulimia Nervosa in a MindfulnessBased Eating Disorder Treatment Group. Eating Disorder, 16, 52–72.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Santorelli, Saki, (2000). Zerbrochen und doch ganz, Arbor Verlag</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Shapiro, Carlson (2011) Die Kunst und Wissenschaft der Achtsamkeit. Die Integration von Achtsamkeit in Psychologie und Heilberufe. Arbor Verlag</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teasdale JD., Segal Z., Williams JM. (2002). Mindfulnessbased Cognitive Therapy for Depression. New York: Guilford.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Williams, M., Teasdale, J., Zindel, S., KabataZinn, J., The Mindful Way through Depression – Freeing Yourself from Chronic Unhappiness. Guilford Press 2007</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Geschichten, Märchen T MBSR/MBCT</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kornfield, Jack u. Feldman, Christina, Geschichten des Herzens, Arbor Verlag</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remen, Rachel Naomi, Aus Liebe zum Leben. Geschichten, die der Seele gut tun, 2002</li> </ul>
<b>Achtsamkeit im Umgang mit körperlichen Schmerzen</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cohen, Darlene, Dein Bewusstsein ist stärker als jeder Schmerz, 2000</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• GardnerNix, Jackie, (2009) The Mindfulness Solution to Pain: Step by Step Techniques for Chronic Pain Management, New Harbinger Publications.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• KabataZinn, Jon, (2007) Mindfulness Meditation for Pain Relief: Guided Practices for Reclaiming Your Body and Your Life [Audiobook] [Audio Cd]</li> </ul>
<b>Somatics, Somatic psychology T Körperorientierte Psychotherapie T Körpertherapie</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brooks, Charles (1979). Erleben durch die Sinne, Jungfermann Verlag Paderborn.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Caldwell Christine (1997). Hol dir deinen Körper zurück. Braunschweig: Auum.</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Downing, George (1996). Körper und Wort in der Psychotherapie. Leitlinien für die Praxis. München Kösel.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forster Julia (2002). Körperzufriedenheit und Körpertherapie bei essgestörten Frauen. Herbolzheim: Centaurus.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gendlin, Eugene T. (1998). Focusingorientierte Psychotherapie. Ein Handbuch der erlebnisbezogenen Methoden. München: Pfeiffer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerber, Ruedi (2009). Breath made visible. Revolution in Dance, Anna Halprin, DVD.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Greuter Ulfried (2015). Körperpsychotherapie. Grundrisse einer Theorie für die klinische Praxis</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Halprin Anna (2000). Tanz, Ausdruck und Heilung. Wege zur Gesundheit durch Bewegung, Bilderleben und kreativen Umgang mit Gefühlen. Essen: Synthesis.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hartley Linda (2012). Einführung in BodyMindCentering. Die Weisheit des Körpers in Bewegung, Bern: Hans Huber/ Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• HohmannKost Annette (2002). Bewegung ist Leben. Integrative Leibes- und Bewegungstherapie – eine Einführung. Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hans Huber, 2. vollständig überarb. Aufl..</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Johnson, Don Hanlon, deutsche Ausgabe hrsg. Rytz, Thea (2011). Klassiker der Körperwahrnehmung, Bern: Hans Huber/ Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klinkenberg, Norbert (2007). Achtsamkeit in der Körperverhaltenstherapie. Ein Arbeitsbuch mit 20 Probiertituationen aus der Jacoby/gindlerArbeit, Stuttgart: KlettCotta.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marlock, Gustl; Weiss, Heiko (2006). Handbuch der Körperpsychotherapie, Schattauer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Moscovici Hadassa K. (1991). Vor Freude tanzen, vor Jammer halb in Stücke gehen. Pionierinnen der Körpertherapie. Hamburg, Zürich: Luchterhand.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Olsen, Andrea, McHose, Caryn (1994). Körpergeschichten. Das Abenteuer der Körpererfahrung. Kirchtürme bei Freiburg: VAKaVerlag.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Röhrich, Frank (2000). Körperorientierte Psychotherapie psychischer Störungen. Göttingen, Bern, Toronto, Seattle Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruge, Uta; Weise Sylvia (2007). Zuerst bin ich im Kopf gegangen &amp; andere FeldenkraisaGeschichten. Karlsruhe: von Loeper Literaturverlag.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rytz, Thea (2018). Achtsam bei sich und in Kontakt. Körpertherapeutische Übungen zur Achtsamkeit im Alltag. 2. überarb. Auflg. Bern: Hans Huber.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Storch, Maja, Benita Cantieni, Gerald Hüther, Wolfgang Taschecher, (2006). Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen, Bern: Hans Huber.</li> </ul>
<b>Psychotherapie – Traumatherapie</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grawe, Klaus (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen u.a.: Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haines Staci (2001). Ausatmen. Wege zu einer selbstbestimmten Sexualität für Frauen, die sexuelle Gewalt erlebt haben, Berlin: Orlanda.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Huber Michaela (2005). Der innere Garten. Ein achtsamer Weg zur persönlichen Veränderung. Übungen mit CD, Paderborn: Junfermann.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Levine Peter (1998). TraumaaHeilung. Das Erwachen des Tigers. Unsere Fähigkeit traumatische Erfahrungen zu transformieren. Essen: Synthesis.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reddemann Luise (2004). Eine Reise von 1000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. Seelische Kräfte entwickeln und fördern. Freiburg im Breisgau: Herder.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reddemann, Luise (2001). Imagination als heilsame Kraft. Zur Behandlung von Traumafolgen mit ressourcenorientierten Verfahren. Stuttgart: Pfeiffer bei KlettaCotta.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reddemann Luise, Dehner Cornelia (2004). Trauma. Folgen erkennen, überwinden und an ihnen wachsen. Ein Übungsbuch für Körper und Seele, Stuttgart: TRIAS.</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rothschild Babette (2002). Der Körper erinnert sich. Die Psychophysiologie des Traumas und der Traumabehandlung. Essen: Synthesis.</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vinterberg, Thomas (1998). Festen. Jede Familie hat ein Geheimnis, DVD. Spezialpreis der Jury Cannes 1998.</li> </ul>
<b>Hirnforschung – Emotionsforschung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bauer, Joachim (2005) Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneuronen, Heyne Verlag München.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Davidson, R. J.; Begley, Sharon (2012). Warum wir fühlen, wie wir fühlen. Wie die Gehirnstruktur unsere Emotionen bestimmen – und wie wir darauf Einfluss nehmen können, Arkana.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hüther, Gerald (1997). Biologie der Angst a Wie aus Stress Gefühle werden, Vandenhoeck &amp; Ruprecht.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hüther, Gerald (2002). Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, Vandenhoeck &amp; Ruprecht.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noë, Alva (2010). Du bist nicht dein Gehirn. Eine radikale Philosophie des Bewusstseins, Piper.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rimmel, Andreas, Kernberg, Otto F., Vollmoeller, Wolfgang, Strauß, Bernhard, Hg. (2006). Handbuch Körper und Persönlichkeit. Entwicklungspsychologie, Neurobiologie und Therapie von Persönlichkeitsstörungen, Stuttgart, New York: Schattauer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siegel, Daniel J. (2007). Das achtsame Gehirn, Arbor Verlag.</li> </ul>
<b>Essstörungen &amp; Körperbild &amp; Essverhalten</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asgodom, Sabine; Gaymann, Peter (2010). Das Leben ist zu kurz für Knäckebrot: Selbstbewusst in allen Kleidergrößen, Kösel.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berger, Uwe (2008). Essstörungen wirkungsvoll vorbeugen. Stuttgart: Kohlhammer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• DuFrene Troy , Emily Sandoz, Kelly Wilson(2011). Acceptance and Commitment Therapy for Eating Disorders: A ProcessaFocused Guide to Treating Anorexia and Bulimia, Oakland: New Harbinger Publications.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairburn, Christopher G. (2008). EssaAttacken stoppen. Ein Selbsthilfeprogramm, Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fogel, Alan (2013). Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie. Vom Körpergefühl zur Kognition, Schattauer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forster Julia (2002). Körperzufriedenheit und Körpertherapie bei essgestörten Frauen. Herbolzheim: Centaurus.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Foster Patricia, Hg. (1996). Spiegelbilder. Essays über den weiblichen Körper. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt. Nur noch englische Ausgabe erhältlich: Minding the Body, Anchor Books.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerlinghoff, Monika; Backmund, Herberst (2013). Essen will gelernt sein. Ein Arbeitsa und Rezeptbuch,</li> </ul>

Beltz Ratgeber.
<ul style="list-style-type: none"> <li>Juul, Jesper (2013). Was gibt's heute? Gemeinsam essen macht Familien stark, Beltz.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Johnston, Anita. (2003). Die Frau, die im Mondlicht aß. Die uralte Weisheit von Märchen und Mythen hilft Frauen, Essstörungen zu überwinden. München: Knauer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Joraschky Peter; Loew, Thomas; Röhrich, Frank (Hrsg.) (2009). Körpererleben und Körperbild. Ein Handbuch der Diagnostik, Schattauer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Joraschky, Peter; Lausberg, Hedda; Pöhlmann, Karin (Hrsg.) (2008). Körperorientierte Diagnostik und Psychotherapie bei Essstörungen, Psychosoziala Verlag.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>Liechti, Jürg (2008). Magersucht in Therapie. Gestaltung therapeutischer Beziehungssysteme, Carla Auer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Meermann, Rolf; Borgat, Ernst (2006). Essstörungen: Anorexie und Bulimie: Ein kognitiv verhaltenstherapeutischer Leitfaden für Therapeuten, Kohlhammer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Meier, Isabelle (2003). Wenn Essen zum Zwang wird. Ratgeber für Betroffene von Magersucht und Bulimie. Zürich: Beobachter.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Munsch, Simone; Biedert, Esther; Schlup, Barbara (2011). Binge Eating, Beltz.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Munsch, Simone (2011). Das Leben verschlingen? Hilfe für Betroffene mit Binge Eating Störung (Essanfällen) und deren Angehörige. Mit Online Materialien, Beltz.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Orbach, Susie (2009). Bodies. Schlachtfelder der Schönheit, Arche.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Orbach, Susie (2003). Lob des Essens, Goldmann.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Petermann, Franz; Warschburger, Petra (2007). Ratgeber Übergewicht, Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pope, Harrison G. (2001). Der Adonis Komplex. Schönheitswahn und Körperkult bei Männern, dtv.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Posch, Waltraud (2009). Projekt Körper. Wie der Kult um die Schönheit unser Leben prägt, Campus.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Roth, Geneen (1995). Essen als Ersatz. Wie man den Teufelskreis durchbricht. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Rytz, Thea; Wiesmann, Silvia (2013). Essstörungen und Adipositas: Akzeptanz verkörpern, Hans Huber/Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Schmidt, Ulrike, Treasure, Janet (1999). Die Bulimie besiegen. Ein Selbsthilfe Programm. Frankfurt a.M., New York: Campus.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Schweiger, Ulrich; Sipos, Valerija (2011). Therapie der Essstörung durch Emotionsregulation, Kohlhammer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Timko, Alix C.; Eifert, Georg; Harres, Annette (2013). Akzeptanz und Commitmenttherapie bei Anorexia nervosa: Ein Leitfaden für die Behandlung mit ACT. Mit Online Materialien</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tuschena Caffier, Brunna; Hibert, Anja (2010). Essanfälle und Adipositas, Hogrefe.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Vocks, Silja; Legenbauer, Tanja (2010). Körperbildtherapie bei Anorexia und Bulimia Nervosa: Ein kognitiv verhaltenstherapeutisches Behandlungsprogramm, Hogrefe.</li> </ul>

#### Gender – Geschichtliches a Varia

<ul style="list-style-type: none"> <li>Duden Barbara (2007). Der Frauenleib als öffentlicher Ort. Vom Missbrauch des Begriffs Leben. Mabusea Verlag.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensel Angelica (1996). Nach seinen Bilde. Schönheitschirurgie und Schöpfungsphantasien in der westlichen Medizin. Bern: eFeFa Verlag.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fischer Gero, Wölflingseder Maria hrsg. (1995). Biologismus, Rassismus, Nationalsozialismus. Rechte Ideologien im Vormarsch. Wien: Promedia.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fischer Homberger, Esther (1997). Hunger a Herz a Schmerz a Geschlecht. Brüche und Fugen im Bild von Leib und Seele, Bern: eFeFa Verlag.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>FrauenSicht. Informationen aus Zeitungen, Zeitschriften und Internet. Elektronische Archivausgabe; <a href="http://www.frauensicht.ch">www.frauensicht.ch</a></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Lakoff, G., Johnson, M. (1999). Philosophy in the Flesh: The Embodied Mind and Its Challenge to Western Thought. New York: Basic Books.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Merleau Ponty, Maurice (1966). Phänomenologie der Wahrnehmung. Berlin Walter de Gruyter.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Scarry Elaine (1985). Der Körper im Schmerz. Die Chiffren der Verletzlichkeit und die Erfindung der Kultur, Frankfurt am Main: S. Fischer.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Schorb, Friedrich (2009). Dick, doof und arm? Die grosse Lüge vom Übergewicht und wer von ihr</li> </ul>

profitiert, Droemer.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stearns Peter N. (1997). Fat History. Bodies and Beauty in the Modern West. New York, London: New York University Press.</li> <li>• Wolf Naomi (1993). Der Mythos Schönheit. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.</li> </ul>
<b>Kleinkinder, Kinder, Jugendliche (Achtsamkeit, emotionale Kompetenz, Essverhaltensstörung)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hartzell, Mary; Siegel, Daniel (2004). Gemeinsam leben, gemeinsam wachse, Arbor.</li> <li>• Hengstenberg, Elfriede (1991). Entfaltungen. Bilder und Schilderungen aus meiner Arbeit mit Kindern. Freiamt im Schwarzwald: Arbor.</li> <li>• Hölling, H., Schlack, R.: Essstörungen (2006) – Erste Ergebnisse des Kindes- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS) <a href="http://www.kiggs.de/experten/fachbeitraege/index.html">www.kiggs.de/experten/fachbeitraege/index.html</a></li> <li>• Jensen, Helle; Katinka Gøtzsche (2014). Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule, Beltz.</li> <li>• Juul, Jesper; Høeg, Peter, Bertelsen, Jes (2014). Miteinander. Wie Empathie Kinder stark macht, Beltz.</li> <li>• Kaiser Greenland, Susan (2011). Wache Kinder, Wie wir unseren Kindern lernen mit Stress umzugehen und Glück, Freude und Mitgefühl zu erleben, arbor.</li> <li>• Kaltwasser, Vera; Hurrelmann, Klaus (2013). Achtsamkeit in der Schule: Stilleinseln im Unterricht: Entspannung und Konzentration, Beltz.</li> <li>• Marie Meierhofer Institut hrsg. (2014). Horch wie der Magen knurrt, <i>undKinder</i> Nr. 93.</li> <li>• Rytz, Thea, Uetz, Renie, Grandjean, Veronica. Papperla Pep Körper und Gefühle im Dialog, 2010 Schulverlag Bern; inkl. CD.</li> <li>• Siegel, Daniel J. (2006). Wie wir werden, wie wir sind. Neurobiologische Grundlagen subjektiven Erlebens und die Entwicklung des Menschen in Beziehung. Paderborn: Junfermann.</li> <li>• Schwarz-Gerö, Josephine (2012). Baby, warum isst du nicht? Patmos.</li> </ul>