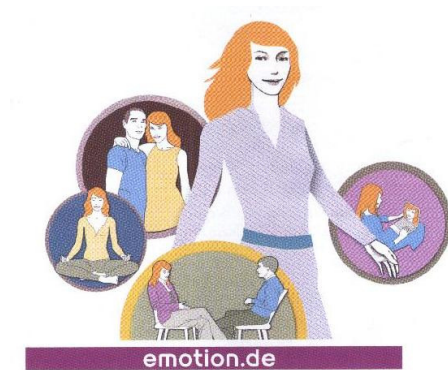


# Pressespiegel 2007



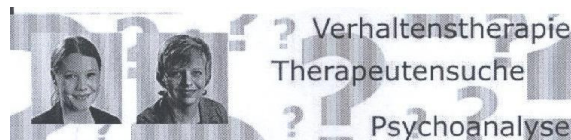
## DIESEN MONAT:

### ● NEUER WEBLOG

*Kreatives Schreiben – unsere Autorin lässt Sie an ihren Erfahrungen teilhaben und gibt Tipps zum Thema  
[emotion.de/blog](http://emotion.de/blog)*

### ● EXPERTEN ZU GAST

*Besuchen Sie unser Psychotherapieforum:  
[emotion.de/psychotherapie](http://emotion.de/psychotherapie)*



## EXPERTINNEN IM FORUM

Sie haben Fragen zum Thema Psychotherapie? Vom 22.-29. Januar sind die Expertinnen Uschi Grob und Verena Schumacher vom Psychotherapie-Informations-Dienst (PID) im Forum zu Gast. **mehr**

Emotion

## ADRESSEN:

Die Telefonseelsorge berät rund um die Uhr Menschen in Krisensituationen unter den kostenlosen Rufnummern: 08 00/111 0 111 und 08 00/111 0 222  
Hilfe bei der Suche nach Therapeuten: Psychotherapie-Informations-Dienst (PID) des Berufsverbandes Deutscher Psychologen, Oberer Lindweg 2, 53129 Bonn. Telefon: 02 28/74 66 99. Werktags außer Mittwoch von 9–12 Uhr, Montag und Donnerstag 13–16 Uhr. [www.psychotherapiesuche.de](http://www.psychotherapiesuche.de)

Auf einen Blick

Zum Beispiel beim **Familietherapeuten**. Der versucht zu ergründen, welche Auswirkungen die Scheidung hat – und wie die Beteiligten lernen können, mit der neuen Situation umzugehen. Eine Suchmaschine für Therapeuten bietet der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen an: unter [www.psychotherapiesuche.de](http://www.psychotherapiesuche.de). Eine Liste kostenloser Beratungsstellen gibt es unter: [www.dajeb.de](http://www.dajeb.de).

Stern

## Wie wird man Zwänge wieder los?

● Als erfolgreich haben sich Verhaltenstherapien erwiesen. Dabei müssen nicht unbedingt Ursachen des Problems aufgedeckt werden. Konkrete Übungen und Gespräche finden im Wechsel statt. Das Fehlverhalten wird gezielt „verlernt“. Therapeuten findet man über den Psychotherapie-Informationsdienst in Bonn, ☎ 02 28/74 66 99

GLÜCKS-REVUE 3/07

freundin

## Adressen und Infos

☐ **DASH – Deutsche Angst-Selbsthilfe**  
Bayerstr. 77 a Rgb., 80335 München,  
Telefon 0 89/51 55 53 15,  
[www.panik-attacken.de](http://www.panik-attacken.de)

☐ **Psychotherapie-Informationsdienst**  
Oberer Lindweg 2, 53129 Bonn,  
Beratungstelefon 02 28/74 66 99,  
[www.psychotherapiesuche.de](http://www.psychotherapiesuche.de)  
☐ [www.angst-auskunft.de](http://www.angst-auskunft.de)

Hier werden alle Aspekte von Angststörungen kompetent erklärt

☐ **Borwin Bandelow:** „Das Angstbuch. Woher Ängste kommen und wie man sie bekämpfen kann“, Rowohlt, 9,90 Euro

☐ **Reneau Z. Peurifoy, Irmela Erckenbrecht:** „Angst, Panik und Phobien. Ein Selbsthilfeprogramm“, Huber Verlag, 24,95 Euro

☐ **Dr. Sigrun Schmidt-Traub:** „Angst bewältigen. Selbsthilfe bei Panik und Agoraphobie“, Springer Verlag, 19,95 Euro