

Nicolette Re

Rezension von: V. Schroeter (2018).
Communication Breakthrough



Bioenergetic Analysis

29. Volume, No. 2, 2019, Page 115–116

Psychozial-Verlag

DOI: [10.30820/0743-4804-2019-29-DE-115](https://doi.org/10.30820/0743-4804-2019-29-DE-115)



ReviewerInnen dieser Ausgabe:

Garry Cockburn, Helen Resneck-Sannes, Maê Nascimento, Scott Baum

ÜbersetzerInnen der deutschen Ausgabe:

Irma Diekmann, Wera Fauser, Steve Hofmann

Herausgeberin der deutschen Ausgabe:

Vita Heinrich-Clauer

Einreichungen zur Berücksichtigung für den nächsten Band von *Bioenergieic Analysis* sind in englischer Sprache zu richten an Leia Cardenuto (leiacardenuto52@gmail.com) zwischen 1. Juni und 1. September 2019.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

2019 Psychosozial-Verlag, Gießen

info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de



Dieses Werk ist lizenziert unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 DE Lizenz (CC BY-NC-ND 4.0 DE). Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>

Die Bedingungen der Creative-Commons-Lizenz gelten nur für Originalmaterial. Die Wiederverwendung von Material aus anderen Quellen (gekennzeichnet mit Quellenangabe) wie z. B. Schaubilder, Abbildungen, Fotos und Textauszüge erfordert ggf. weitere Nutzungsgenehmigungen durch den jeweiligen Rechteinhaber.

Umschlagabbildung: Vincentia Schroeter, *Hummingbird* © Vincentia Schroeter

Umschlaggestaltung & Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

Satz: metiTec-Software, me-ti GmbH, Berlin, www.me-ti.de

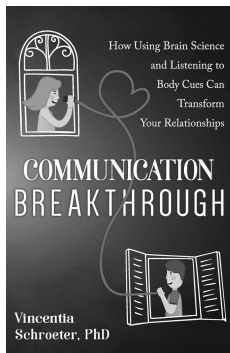
<https://doi.org/10.30820/0743-4804-2019-29-DE>

ISBN (PDF-E-Book) 978-3-8379-7493-5

ISBN (Print) 978-3-8379-8282-4

ISSN (Online) 2747-8882 · ISSN (Print) 0743-4804

Buchbesprechung



V. Schroeter (2018). *Communication Breakthrough. How Using Brain Science and Listening to Body Cues Can Transform Your Relationships*. Alpine, CA: Wolfheart Press, 208 Seiten, Softcover, ISBN 978-0996324953

Dieses Buch kann über Amazon bezogen werden: <https://www.amazon.com/Communication-Breakthrough-Listening-Transform-Relationships/dp/099632495X>

Ich empfehle Vincetia Schroeters Buch *Communication Breakthrough: How Using Brain Science and Listening to Body Cues Can Transform Your Relationships* [Durchbruch in der Kommunikation: Wie Sie Neurowissenschaften und Körpersignale zur Veränderung Ihrer Beziehungen nutzen können] auf das Wärmste. Bioenergetische Therapeuten können es als Unterrichtsmaterial verwenden und ihren Klienten empfehlen. Ich finde es praktisch, ein verständliches, benutzerfreundliches Buch aus bioenergetischer Perspektive in meiner Praxis zu haben.

Ich leite Therapiegruppen für Notfallhelfer und nutze das Buch als Lehrmaterial. Diese Bevölkerungsgruppe kann sehr von der Polyvagal-Theorie profitieren, wenn sie so klar wie in diesem Buch erläutert wird. Sie hilft beim Verstehen von Missverständnissen und insbesondere beim Überwinden von Ärger. Vincetia Schroeters Art zu erklären bringt Daniel Siegels Herleitungen von Wut und »Ausflippen« auf eine prägnante und nachvollziehbare Weise zusammen. Letzte Woche erzählte mir ein Feuerwehrmann das Folgende: »Ich möchte nicht wissen, wieso ich etwas mache; ich möchte wissen, was ich mache und wie ich damit aufhören kann!« Dieses Buch ist voller kreativer hirn- und körperorientierter

Strategien zur Veränderung des Verhaltens und er und seine Frau setzen diese Techniken mit Erfolg ein und empfinden sie als Entlastung.

Das Buch hat einen leichten und ermutigenden Ton und ist mit Illustrationen und Beispielen unterlegt, die leicht als Alltagsstressoren wiederkennbar sind. Jedes Kapitel enthält Übungen, die sich auf das jeweilige Thema beziehen, und am Ende jedes Abschnitts gibt es einprägsame, kurze Lektionen.

Die Charakterstrukturen werden anhand unterschiedlicher Atemstile dargestellt, welche die Kommunikation beeinträchtigen. Der Fokus des Buches liegt jedoch nicht auf unseren Pathologien. Es geht darum, wie der Überlebensmodus unsere Physiologie naturgemäß beeinträchtigt und wie dies unsere Fähigkeit zur Kommunikation beeinflusst. Ich konnte so viel aus dem Buch für mich mitnehmen und finde es für meine Arbeit als Therapeutin so hilfreich, dass ich nur sagen kann: »Mehr davon!!!«

Nicolette Re, LCSW, CBT, SEP

Übersetzung: Steve Hofmann