

Eckhard Schiffer

Entdeckung sozialer Gesundheit

**Möglichkeitenräume für Vertrauen, Respekt
und kreatives Zusammenspiel in jedem Lebensalter**

321 Seiten · Broschur · 24,90 € (D) · 25,60 € (A)

ISBN 978-3-8379-3041-2 · ISBN E-Book 978-3-8379-7759-2

Buchreihe: Sachbuch Psychosozial



Das neueste Werk des Bestsellerautors Eckhard Schiffer hilft uns, Ressourcen für ein gesundes Leben im Miteinander zu entdecken.

Empathie, Mentalisierungsfähigkeit, Vertrauen, gegenseitiger Respekt und Hilfsbereitschaft sind die Basis sozialer Gesundheit. Schon in der Kindheit entfaltet sie sich in dialogischen Begegnungen mit anderen, die sich in sogenannten Möglichkeitenräumen abspielen. Zugleich werden durch die Stärkung sozialer Fähigkeiten gesundheitsfördernde Kräfte gegen aggressiv-destruktive Verhaltensweisen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen freigesetzt.

Eckhard Schiffer nimmt seine Leser*innen mit auf eine spannende Entdeckungsreise und zeigt anhand zahlreicher Beispiele und Bilder, welche Möglichkeitenräume es gibt und welche schöpferischen Kräfte sich auch im Erwachsenenalter in dialogischen Begegnungen entfalten können. So lassen sich selbst in Zeiten zunehmender Digitalisierung und Krisen wie der Corona-Pandemie

hervorzugehen, um aus schwierigen Lebenssituationen, d.h. sozialen Konflikten, kooperativ-gestärkt hervorzugehen.



Eckhard Schiffer, Dr. med., ist Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Seit 2009 ist er ambulant am Medizinischen Versorgungszentrum Lönningen/Quakenbrück psychotherapeutisch tätig. Zuvor leitete er 30 Jahre lang die von ihm gegründete Abteilung für Psychosomatische Medizin mit dem später hinzugekommenen Familientherapeutischen Zentrum am Christlichen Krankenhaus Quakenbrück.