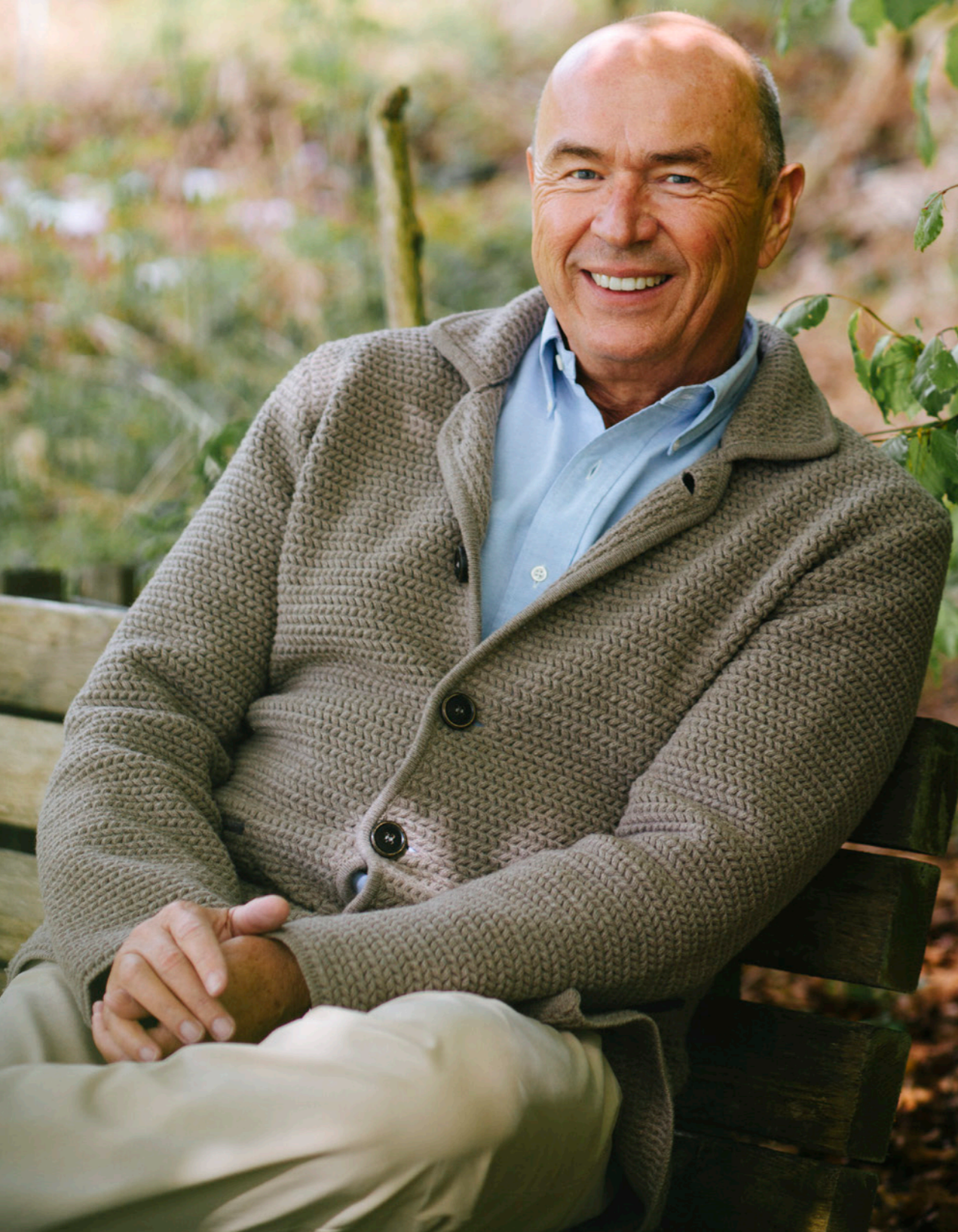


CHRISTIAN PETER DOGS



»Wir werden als Kinder schon darauf trainiert zu funktionieren. Es ist nicht wichtig, was wir wollen, es ist nur noch wichtig, was wir müssen. Aber wenn du deine Psyche schlecht behandelst, wird sie krank. Wir müssen alle Gefühle leben können, damit die Psyche gesund bleibt.«

— Christian Peter Dogs

»Dogs ist ein Rebell. Er hat die stationäre Psychotherapie in Deutschland revolutioniert.« — Stern



CHRISTIAN PETER DOGS, Jahrgang 1953, ist seit 1985 Arzt in verschiedenen psychosomatischen und psychiatrischen Kliniken in Deutschland. 1994 gründete er zusammen mit Erwin und Gisela Obenaus die Panorama Fachklinik für Psychosomatische Medizin, Psychotherapie, Naturheilverfahren und TCM in Scheidegg. Seit April 2017 ist er ärztlicher Direktor der psychosomatischen Abteilung der Max Grundig Klinik Bühlerhöhe.



NINA POELCHAU, Jahrgang 1962, ist Reporterin beim Stern. Ihr Fachgebiet ist Psychologie, sie ist ausgebildet in Paar- und Traumatherapie.

Christian Peter Dogs ist Klinikleiter und Facharzt für Psychiatrie und Psychosomatik. Er hat viele tausend Menschen behandelt, die an Depressionen, Ängsten und den Folgen traumatischer Ereignisse litten – mit ungewöhnlichen und sehr erfolgreichen Konzepten. Die Erfahrungen seiner langjährigen Berufspraxis zeigen: Es gibt Auswege. Und vor allem: Wir selbst können ganz viel für unsere seelische Gesundheit tun.

Was psychische Leiden bedeuten, weiß Dogs, denn er hat als Kind und Jugendlicher unvorstellbare Gewalt und Vernachlässigung erlebt. Wie es trotzdem gelingen kann, ein zufriedenes Leben zu führen, beschreibt er hier. Er erklärt, warum es so wichtig ist, unangenehme Gefühle und Warnsignale des Körpers frühzeitig ernst zu nehmen. Und er schildert, worauf es ankommt, wenn die Selbstheilungskräfte nicht mehr ausreichen und Hilfe von außen unverzichtbar ist: darauf nämlich, den richtigen Therapeuten zu finden. Einen, der die Probleme nicht zementiert, sondern der dabei hilft, sich von der Vergangenheit zu lösen und das Heute positiv zu gestalten.

Foto Dogs: © Sima Dehgani / Foto Poelchau: © privat

Presseschwerpunkt

Christian Peter Dogs ist einer der führenden Experten im Bereich psychische Erkrankungen.

Wer dieses Buch liest, lernt besser mit psychischen Krisen umzugehen.



Christian Peter Dogs, Nina Poelchau

Gefühle sind keine Krankheit

Warum wir sie brauchen und wie sie uns zufrieden machen

gebunden mit Schutzumschlag

240 Seiten / 12,5 × 20,5 cm

€ 20,00 ^[D] / € 20,60 ^[A]

Erscheint am 08.09.2017

ISBN 978-3-550-08195-8 / WG 1933

Auch als eBook erhältlich.