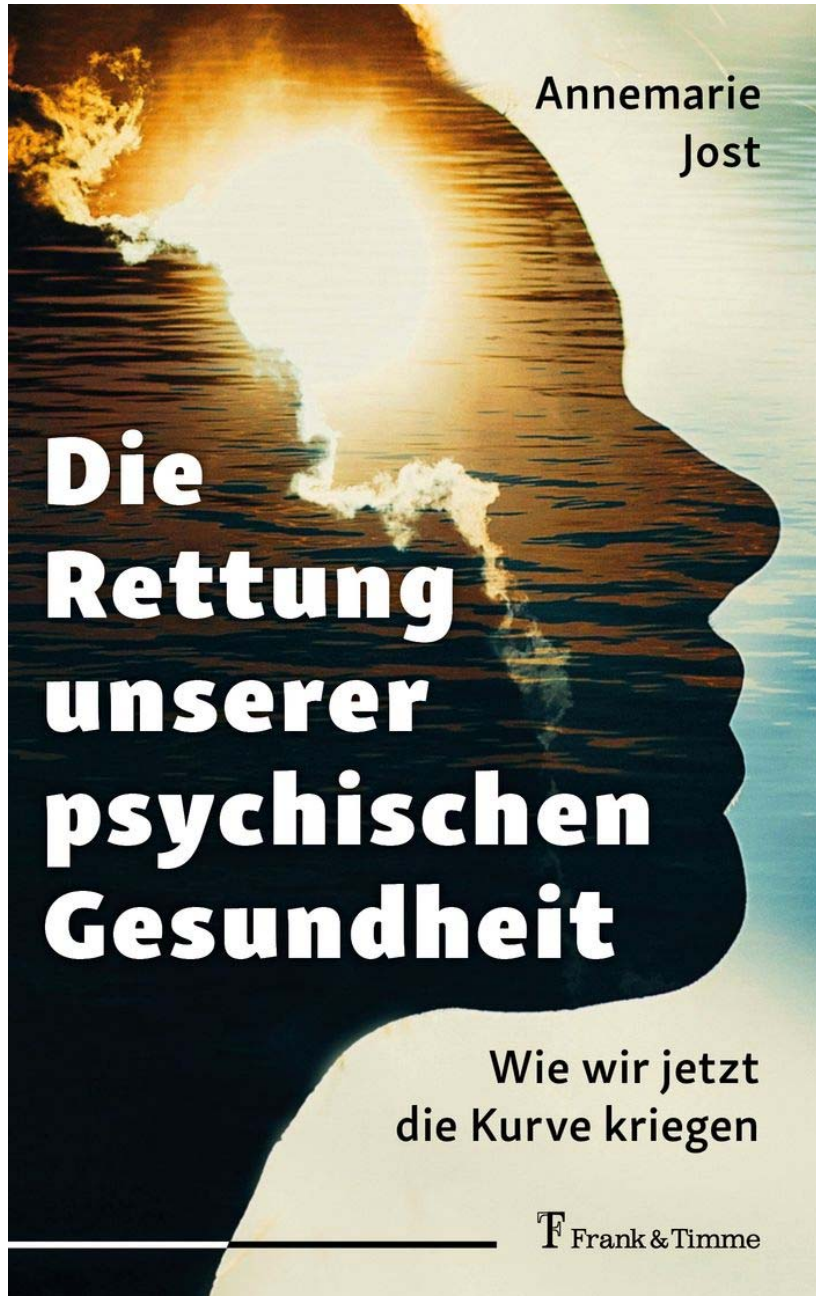


Informationen für Presse und Medien



Kontakt für weitere Informationen und Rezensionsexemplare:

Astrid Matthes • a.matthes@frank-timme.de • Tel. +49-30-8866 7912

Frank & Timme GmbH Verlag für wissenschaftliche Literatur
Wittelsbacherstr. 27A • 10707 Berlin

Licht am Ende des Tunnels: DIE RETTUNG UNSERER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT von Annemarie Jost

Wir haben es geschafft – doch die Corona-Maßnahmen sind nicht spurlos an uns vorübergegangen. Wie heil ist die Haut, die wir auf die andere Seite gerettet haben? Sind wir stabil genug für die aktuelle Weltlage? Können wir neue Herausforderungen meistern?

Es ist an der Zeit für eine kritische und fachlich fundierte Bestandsaufnahme. Annemarie Jost, erfahrene Psychotherapeutin und Professorin für Sozialpsychiatrie, ruft „Die Rettung unserer psychischen Gesundheit“ aus. In ihrem gleichnamigen Buch benennt sie Wege und Strategien aus der Krise.

Eine Krise ist Höhe- und damit Wendepunkt einer schwierigen Situation. Sie ist somit immer eine Chance. Annemarie Jost fordert uns auf, sie zu ergreifen. Sie appelliert an die Mündigen, Liebesfähigen und kooperativ Agierenden. Ihnen obliegt die Schaffung der Grundbedingungen psychischer Gesundheit – für sich selbst und für andere. Jetzt sind Menschen gefragt, die ihre Wirkmacht realistisch einschätzen und direkt loslegen. Dieses Buch unterstützt sie dabei, handlungsfähig zu bleiben und die Probleme anzupacken.

An diesem Punkt setzen auch die von Jost erarbeiteten Handlungsempfehlungen an. Wer mit Schwangeren, kleinen und größeren Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern, aber auch mit Alten und Sterbenden zu tun hat, findet hier konkrete Tipps. Die psychische Gesundheit aller zu stärken, sie wieder fit zu machen, sie zu retten – das ist Josts Anliegen. Sie spricht die Profis in Betreuung und Pflege, im psychiatrischen Dienst und in der Sozialen Arbeit an – und uns alle. Denn es geht um nicht weniger als um die Rettung unserer psychischen Gesundheit.

Privilegierte Menschen sind mit den in der Pandemie ergriffenen Maßnahmen mehr oder weniger gut zurechtgekommen. Wer aber eh schon am Rande der Gesellschaft stand, wurde von den Einschränkungen deutlich härter getroffen. Annemarie Jost analysiert das genaue Ausmaß der psychischen Schäden und Beeinträchtigungen, denn die gewissenhafte Aufarbeitung ist unabdingbar, um daraus zu lernen. Auch hier ist die Gesellschaft als Ganzes gefragt.

**Annemarie Jost: Die Rettung unserer psychischen Gesundheit.
Wie wir jetzt die Kurve kriegen**

272 Seiten, Paperback, ISBN 978-3-7329-0853-0, EUR 19,80

ET: 1. April 2022

Die Autorin steht für Interviews und Veranstaltungen zur Verfügung



Annemarie Jost, Foto: Sebastian Rau / BTU

Annemarie Jost, Prof. Dr. med., Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapeutin mit tiefenpsychologischer Orientierung

Jost lehrt Sozialpsychiatrie an der Brandenburgischen Technischen Universität Cottbus-Senftenberg. Als Fachärztin für Psychiatrie, Psychotherapeutin, Coach und Supervisorin hat sie tiefe Einblicke in unser Seelenleben.

Die Autorin arbeitet als systemisch-lösungsorientierter Coach sowie als MarteMeo-Supervisorin. Seit Mitte der 1990er Jahre ist sie Professorin an der Fachhochschule Lausitz, die seit 2013 mit der Brandenburgischen Technischen Universität zur BTU Cottbus-Senftenberg fusionierte. Sie leitet das Fachgebiet Sozialpsychiatrie am Cottbuser Institut für Soziale Arbeit. Neben dem Erhalt und der Wiederherstellung psychischer Gesundheit forscht sie unter anderem zu den Themenkomplexen „Kinder psychisch kranker Eltern“, „Zeitliche Abstimmung und Umgang mit Zeit“ und „Wohnkonzepte und Leben im Alter“. Sie hat mehrere Monografien und zahlreiche Aufsätze in Fachzeitschriften veröffentlicht. 2004 wurde Annemarie Jost mit dem Forschungspreis der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. ausgezeichnet.