

Inhalt

Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	6
Vorwort – An der Kletterwand	9
Hinweise zur Arbeit mit diesem Buch	10
Einführung	11
1 Kontakt mit dem gegenwärtigen Augenblick	20
2 Akzeptanz	53
3 Defusion	88
4 Werte	119
5 Engagiertes Handeln	151
6 Selbst-als-Kontext	198
7 Elternarbeit	235
8 Fallkonzepte	285
Literatur	308
Bildnachweis	310