



**Erfolgreich gegen Zwangsstörungen:
Metakognitives Training - Denkfallen erkennen
und entschärfen (Psychotherapie: Manuale)**



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale)

Steffen Moritz, Marit Hauschildt

Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) Steffen Moritz, Marit Hauschildt

Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen

Broschiertes Buch

Dieses Selbsthilfemanual für Menschen mit Zwangsstörungen zeigt Betroffenen anhand zahlreicher unterhaltsamer Beispiele sowie bewährten und neuen Behandlungsstrategien, wie man zwangstypischen "Denkfallen" (z.B. übermäßige Verantwortungsübernahme, Perfektionismus) entgehen kann.

Eine umfangreiche Materialsammlung leitet Betroffene dazu an, wiederkehrende Denkfallen erst zu erkennen und dann zu "entschärfen". Alle Materialien sind für die Selbsthilfe erstellt worden, eignen sich jedoch auch als wertvolle Ergänzung für den Einsatz durch Therapeuten. Belege für die Effektivität des Ansatzes wurden bereits in zwei wissenschaftlichen Studien erbracht. Die dritte Auflage wurde um viele neue Übungen erweitert.

 [Download Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives ...pdf](#)

 [Online lesen Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitiv ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) Steffen Moritz, Marit Hauschildt

179 Seiten

Kurzbeschreibung

Dieses Selbsthilfemanual für Menschen mit Zwangsstörungen zeigt Betroffenen anhand zahlreicher unterhaltsamer Beispiele sowie bewährten und neuen Behandlungsstrategien, wie man zwangstypischen „Denkfallen“ (z.B. übermäßige Verantwortungsübernahme, Perfektionismus) entgehen kann. Eine umfangreiche Materialsammlung leitet Betroffene dazu an, wiederkehrende Denkfallen erst zu erkennen und dann zu „entschärfen“. Alle Materialien sind für die Selbsthilfe erstellt worden, eignen sich jedoch auch als wertvolle Ergänzung für den Einsatz durch Therapeuten. Belege für die Effektivität des Ansatzes wurden bereits in zwei wissenschaftlichen Studien erbracht. Die dritte Auflage wurde um viele neue Übungen erweitert. Buchrückseite

Dieses Selbsthilfemanual für Menschen mit Zwangsstörungen zeigt Betroffenen anhand zahlreicher unterhaltsamer Beispiele sowie bewährten und neuen Behandlungsstrategien, wie man zwangstypischen „Denkfallen“ (z.B. übermäßige Verantwortungsübernahme, Perfektionismus) entgehen kann. Eine umfangreiche Materialsammlung leitet Betroffene dazu an, wiederkehrende Denkfallen erst zu erkennen und dann zu „entschärfen“. Alle Materialien sind für die Selbsthilfe erstellt worden, eignen sich jedoch auch als wertvolle Ergänzung für den Einsatz durch Therapeuten. Belege für die Effektivität des Ansatzes wurden bereits in zwei wissenschaftlichen Studien erbracht. Die dritte Auflage wurde um viele neue Übungen erweitert. Inhalt:- Theoretische Ausführungen- Häufige Denkverzerrungen bei Zwang- Einführung in die jeweilige Denkverzerrung- Praktische Übungen Über die Autoren: Prof. Dr. Dipl.-Psych. Steffen Moritz ist klinischer Neuropsychologe und Professor für Klinische Psychologie der Universität Hamburg. Er leitet die Forschungsgruppe „Klinische Neuropsychologie“ an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Die Grundlagen- und Psychotherapieforschung zu Zwangsstörungen stellt seit vielen Jahren einen Schwerpunkt seiner Arbeit dar. Dr. Dipl.-Psych. Marit Hauschildt, Psychologische Psychotherapeutin (VT) ist Mitglied der Forschungsgruppe „Klinische Neuropsychologie“ an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf und als approbierte Psychotherapeutin in der Klinik für Affektive Erkrankungen (u.a. Spezialstation für Angst- und Zwangsstörungen), Asklepios Klinik Nord tätig. Derzeit arbeitet sie im Rahmen eines Forschungsaufenthaltes an der Universität von Tel Aviv. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Prof. Dr. Dipl.-Psych. Steffen Moritz ist klinischer Neuropsychologe und Professor für Klinische Psychologie der Universität Hamburg. Er leitet die Forschungsgruppe „Klinische Neuropsychologie“ an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Die Grundlagen- und Psychotherapieforschung zu Zwangsstörungen stellt seit vielen Jahren einen Schwerpunkt seiner Arbeit dar. Dr. Dipl.-Psych. Marit Hauschildt, Psychologische Psychotherapeutin (VT), ist Mitglied der Forschungsgruppe „Klinische Neuropsychologie“ an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf und als approbierte Psychotherapeutin in der Klinik für Affektive Erkrankungen (u.a. Spezialstation für Angst- und Zwangsstörungen), Asklepios Klinik Nord, tätig. Derzeit arbeitet sie im Rahmen eines Forschungsaufenthaltes an der Tel Aviv University.

Download and Read Online Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) Steffen Moritz, Marit Hauschildt #QRXTGI2EZOK

Lesen Sie Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt für online ebook Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt Bücher online zu lesen. Online Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt ebook PDF herunterladen Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt Doc Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt Mobipocket Erfolgreich gegen Zwangsstörungen: Metakognitives Training - Denkfallen erkennen und entschärfen (Psychotherapie: Manuale) von Steffen Moritz, Marit Hauschildt EPub