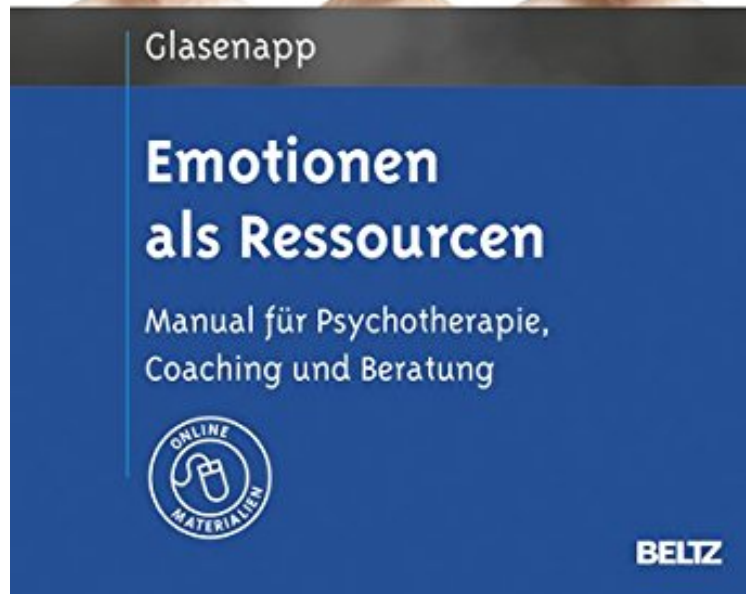


(Download free pdf) Emotionen als Ressourcen: Manual fr Psychotherapie, Coaching und Beratung. Mit Online-Materialien

Emotionen als Ressourcen: Manual fr Psychotherapie, Coaching und Beratung. Mit Online-Materialien

Von Jan Glasenapp

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #154608 in BcherMarke: Beltz PsychologieVerffentlicht am: 2013-09-02Abmessungen: 9.69 x .67b x 6.731, Einband: Gebundene Ausgabe240 Seiten | File size: 63.Mb

Von Jan Glasenapp : Emotionen als Ressourcen: Manual fr Psychotherapie, Coaching und Beratung. Mit Online-Materialien before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Emotionen als Ressourcen: Manual fr Psychotherapie, Coaching und Beratung. Mit Online-Materialien:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen15 von 17 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Marsha Linehan wird das Buch lieben!Von Till HeinzeDas Buch von Dr. Jan Glasenapp kann man nur mit Gewinn

lesen. Selbst als Psychotherapeut tätig, ist mir die Arbeit mit Emotionen nicht immer leicht gefallen, weil Emotionsarbeit immer auch ein Stück Unsicherheit für mich bedeutete, mir fehlte die Struktur, die Linie im Kopf. Hier kann das Buch, mein Selbstversuch hat es bestätigt, Abhilfe schaffen. Von der Definition von Emotionen, über positiven versus schädigenden Umgang mit Emotionen, Einbettung von Emotionen in Biografiearbeit, den Sinn von Emotionsarbeit bis hin zur Veränderung des emotionalen Stils, sind viele Anregungen für Verhaltenstherapeuten im Buch enthalten. Die fundierte Theoriebasis ist genauso vorhanden, wie die Sicherung der Übertragung der Buchinhalte in den Praxisalltag. Die Umsetzung in den Therapiealltag erleichtern die gelungenen online-Materialien. Das Buch hat mich nicht nur als Therapeut, sondern auch als Selbsterfahrungsleiter in der Ausbildung werdender Psychotherapeuten überzeugt und ich kann es nur weiterempfehlen. Marsha Linehan wird das Buch lieben! 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Reisebericht Von M. Lehmann-Pape Als Reisebericht kennzeichnet Glasenapp in pointierter Weise sein neuestes Werk. Als Reflexion seiner persönlichen Entwicklung als Psychotherapeut mit verhaltenstherapeutischem Hintergrund hin zu seinem heutigen Stand als Therapeut mit begeisterter Arbeit mit Emotionen. Was in der Verhaltenstherapie der klassischen Schule nicht unbedingt im Vordergrund stand (wobei sich dies in den letzten Jahren auch allgemein deutlich verändert). Wobei Glasenapp in seinen Grundlegungen jenen Therapierichtungen folgt, die von Beginn an auf Emotionen setzten und Emotionen als nicht zu bewertend klassifiziert. Emotionen sind nicht positiv oder negativ, sondern Emotionen sind. In der Unterscheidung von Grundemotionen (universelle Emotionen wie Trauer, Freude, Angst, Zorn), Primäre und sekundäre Emotionen (die einen entsprechen weitgehend den Grundemotionen, die anderen sind durch soziales Lernen entstanden und werden in oft komplexer, verwaschener Form gesprägt), Adaptive und maladaptive Emotionen (als nicht-bewertende Begrifflichkeit für gesunde, unmittelbare Gefühle gegenüber kritischen Lernerfahrungen bis hin zu Traumatisierungen auf der anderen Seite, Meta-Emotionen als kognitive Vorstellung der eigenen Emotionen, ergänzt durch Gefühl, Affekt und Stimmung. So schafft Glasenapp zunächst eine gut verständliche Feinabstimmung bevor er sich den therapie relevanten Formen der Emotionen (Adaptiv und maladaptiv) sehr ausführlich beschreibend zuwendet und diesen ersten, theoretischen Teil des Werkes mit der Betrachtung der Veränderung des Umgangs und Stellenwertes der Emotionen in der Psychotherapie zuwendet. Sehr verständlich und eingängig legt Glasenapp in diesem ersten Teil des Werkes die Grundlagen für den zweiten, man könnte sagen, spannenderen Teil, in dem er sich der Praxis und damit seinen eigenen Erfahrungen und Schlüssen aus der eigenen Arbeit zuwendet. Wobei die Leitlinie von Glasenapp klar formuliert wird (und dem Titel des Buches entspricht. Statt, wie lange Zeit gesetzt, Emotionen unter der Problemperspektive zu sehen und als zu bearbeiten zu klassifizieren, entspricht es Glasenapps Erfahrungen und Reflexion derselben erheblich mehr, Emotionen des Klienten als Ressourcen zu nutzen und zwar in jeder auftretenden Erscheinungsform (damit nähert sich Glasenapp sehr der lösungsorientierten Anstze in Beratung und Therapie (aus dem systemischen Umfeld entstanden), die grundlegend Ressourcenorientiert (wenn auch nicht nur auf die emotionalen Aspekte beschränkt) sich seit langem bereits ausgerichtet haben. Allerdings ist zu beachten, laut Glasenapp, dass mit Emotionen nicht gearbeitet werden kann im Sinne einer stetigen Entwicklung, sondern der Umgang mit Emotionen in der Therapie bedeutet eher, in jedem Setting und zu jedem Zeitpunkt aufs Neue zu reflektieren. Emotionen sind eine wichtige Ressource, die mal stärker oder mal weniger stark in den Fokus der therapeutischen Dynamik gestellt werden. Allgegenwärtig vorhandene Emotionen, die in sich schwankend angelegt sind, sind nicht als Emotion selbst bearbeitbar, sondern bilden in gewissen Momenten des Prozesses Ressourcen für die Arbeit. Dass dies mit dem Verständnis des eigenen, emotionalen Erlebens (und damit der Kognition desselben) einhergeht, das damit auch biografische Bezüge verständlich werden und der emotionale Stil veränderbar ist und somit neue Potentiale aktiviert werden können (unter Hinwirkung auf Verhaltensänderungen), all das legt Glasenapp im Weiteren verständlich, mit vielen Beispielen aus der Praxis illustriert und anregend dar. Ein anregender, weiterer Baustein für die Arbeit mit Emotionen und die Kraft, die aus der konstruktiven Nutzung von Emotionen im therapeutischen Prozess gewonnen werden kann. 9 von 13 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. "Emotionen als Ressourcen" - eine Ressource Von Stephan Hoyndorf Das Buch "Emotionen als Ressourcen" deutet schon im Titel an, dass hier ein Blick auf die Emotionen in der Psychotherapie vorgestellt wird, der über das Gefühl-Management hinaus geht. Der Autor, in der Kognitiven Verhaltenstherapie zu Hause und ausgebildet von Marsha Linehan in DBT, füllt eine Lücke in der Verhaltenstherapie-Literatur. Besonders hervorzuheben ist die Differenzierung von kalten und heißen Emotionen. Wie es sein soll, bietet das Buch gute online Materialien, so dass die Umsetzung des Konzepts leicht möglich ist. Das Buch ist geeignet für Verhaltenstherapeuten, die interessiert sind an der Emotionsorientierten Psychotherapie/Verhaltenstherapie. Wer Linehan, Lammers, und Greenberg mag (wer vom Fach ist, kennt die Namen), der wird auch dieses Buch zu schätzen wissen.

Produktbeschreibung Manual für Psychotherapie, Coaching und Beratung. Mit Online-Materialien Gebundenes Buch Unterdrückte Wut, vermiedene Trauer oder kompensierte Angst: Ein ungünstiger Umgang mit Emotionen beeinträchtigt die Lebensqualität und ist oft der Auslöser für psychische Erkrankungen. Den eigenen Umgang mit Gefühlen näher zu betrachten, kann daher für Klienten in Therapie und Beratung ein zentraler Aspekt auf dem Weg zur Gesundheit sein. Auch in der Verhaltenstherapie ist seit einigen Jahren eine Hinwendung zur Arbeit mit Emotionen zu beobachten. Die vorhandenen emotionsorientierten Anstze sind aber häufig sehr komplex und stellen hohe intellektuelle

Anforderungen an die Klienten. Jan Glasenapp hat sechs Module entwickelt, die sich leicht in das bestehende therapeutische Vorgehen integrieren lassen. Ziel ist, Klienten den Zugang zu ihrem eigenen emotionalen Erleben zu erleichtern. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf dem Erkennen und Offenlegen vermiedener Emotionen - eine gute und hilfreiche Grundlage für die weitere therapeutische Arbeit an psychischen Problemen. Denn: Emotionen sind Ressourcen, die genutzt werden können! - Praktisch: mit zahlreichen Arbeitsblättern zum Download- Variabel: alle Module sowohl in Lang- als auch Kurzform durchführbar- Flexibel: neben der Psychotherapie auch in Coaching, Beratung, Supervision und Selbsterfahrung einsetzbar

PressestimmenEin anregender, weiterer Baustein für die Arbeit mit Emotionen und die Kraft, die aus der konstruktiven Nutzung von Emotionen im therapeutischen Prozess gewonnen werden kann Michael Lehmann-Pape, buchtips.net, 10.11.2016KurzbildbeschreibungUnterdrückte Wut, vermiedene Trauer oder kompensierte Angst: Ein ungünstiger Umgang mit Emotionen beeinträchtigt die Lebensqualität und ist oft der Auslöser für psychische Erkrankungen. Den eigenen Umgang mit Gefühlen näher zu betrachten, kann daher für Klienten in Therapie und Beratung ein zentraler Aspekt auf dem Weg zur Gesundheit sein. Auch in der Verhaltenstherapie ist seit einigen Jahren eine Hinwendung zur Arbeit mit Emotionen zu beobachten. Die vorhandenen emotionsorientierten Ansätze sind aber häufig sehr komplex und stellen hohe intellektuelle Anforderungen an die Klienten. Jan Glasenapp hat sechs Module entwickelt, die sich leicht in das bestehende therapeutische Vorgehen integrieren lassen. Ziel ist, Klienten den Zugang zu ihrem eigenen emotionalen Erleben zu erleichtern. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf dem Erkennen und Offenlegen vermiedener Emotionen eine gute und hilfreiche Grundlage für die weitere therapeutische Arbeit an psychischen Problemen. Denn: Emotionen sind Ressourcen, die genutzt werden können! Praktisch: mit zahlreichen Arbeitsblättern zum Download Variabel: alle Module sowohl in Lang- als auch Kurzform durchführbar Flexibel: neben der Psychotherapie auch in Coaching, Beratung, Supervision und Selbsterfahrung einsetzbar ber den Autor und weitere Mitwirkende Dr. Jan Glasenapp, Psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis in Schwäbisch Gmünd, Dozent und Supervisor am Studienzentrum Verhaltensmedizin und Psychotherapie (SZVT), Stuttgart.