



**Akzeptanz- und Commitment-Therapie für
Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur
Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und
wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien**



Download



Online Lesen

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

Downloaden und kostenlos lesen Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien Georg H. Eifert, John P. Forsyth

368 Seiten

Kurzbeschreibung

Ein revolutionärer Ansatz zur Behandlung von Angststörungen

Dieses Buch hat Geschichte geschrieben: Es ist das erste Anwenderhandbuch, das detaillierte und praktische Beschreibungen über die Anwendung der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) für Menschen bietet, die unter einer der häufig vorkommenden Angststörungen leiden. In einem klaren und verständlichen Stil geschrieben, erweckt dieses Buch den ACT-Ansatz zum Leben, indem es zeigt, wie er zur Milderung von menschlichem Leiden beitragen kann. Klare und flexible Anweisungen von Sitzung zu Sitzung zeigen, wie durch die integrative Anwendung von Akzeptanz, Achtsamkeit und wertgeleiteter Verhaltensänderung eine nachhaltig wirksame Angstbehandlung stattfinden kann.

Dieses Buch bietet Strategien an, die dazu dienen, persönlich bedeutsame Veränderungen zu ermöglichen und zu fördern und ihnen im Wege stehende Barrieren zu umgehen.

Die theoretischen Informationen werden veranschaulicht und ergänzt durch detaillierte praktische Beispiele von individuellen Therapiesitzungen sowie durch erlebensorientierte Übungen, Arbeitsblätter und neue Messinstrumente. All diese Hilfsmittel erleichtern dem Leser sowohl das Verstehen wie auch die Vermittlung von ACT. Die dem Buch beiliegende CD-ROM ermöglicht die leichte Verfügbarkeit dieser Hilfsmittel.

„Dieses Buch wird mit Sicherheit eine unverzichtbare klinische Ressource für jeden Therapeuten, Studenten oder Ausbilder auf dem Gebiet der Angststörungen sein.“

Zindel V. Segal

„Eifert und Forsyth stellen die Komplexität und die Nuancen der Akzeptanz-Verhaltenstherapie für Angststörungen faszinierend, konzeptuell erhellend und ausreichend detailliert dar, um einen pragmatischen Leitfaden für die klinische Anwendung von ACT zu bieten.“

Michelle G. Craske Über den Autor und weitere Mitwirkende

Georg H. Eifert, Ph. D. (Dr. phil.), ist Professor und Direktor des Instituts für Psychologie der Chapman-Universität in Orange, Kalifornien, sowie Autor der Bücher From Behavior Theory to Behavior Therapy, ACT on Life and not on Anger und The Mindfulness and Acceptance Workbook for Anxiety.

John P. Forsyth, Ph. D. (Dr. phil.) ist Associate-Professor und Direktor des “Anxiety Disorders Research Program” am Institut für Psychologie der Staatsuniversität von New York in Albany.

Download and Read Online Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien Georg H. Eifert, John P. Forsyth #ATB6P5OZLHM

Lesen Sie Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth für online ebook Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth 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 Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth Bücher online zu lesen. Online Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth ebook PDF herunterladen Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth Doc Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth Mobipocket Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Angststörungen: Ein praktischer Leitfaden zur Anwendung von Achtsamkeit, Akzeptanz und wertgeleiteten Verhaltensänderungsstrategien von Georg H. Eifert, John P. Forsyth EPub