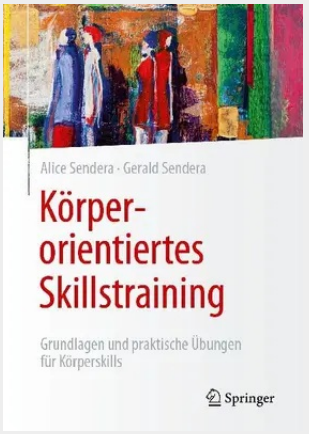
Sendera

Körperorientiertes Skillstraining

Grundlagen und praktische Übungen für Körperskills



37,99 €
35,50 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783662662441
Medium: Buch
ISBN: 978-3-662-66244-1
Verlag: Springer
Erscheinungstermin: 10.08.2023
Sprache(n): Deutsch
Auflage: 1. Auflage 2023
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 462 g
Seiten: 256
Format (B x H): 168 x 240 mm

Den Körper habe ich immer dabei!

Das Buch beschreibt theoretische Hintergründe, Didaktik, Methodik, Strategien, Modalitäten und Risiken beim Einsatz von Körperskills. Die behutsame Aktivierung und Wahrnehmung körperlicher Reaktionen aktiviert das korrespondierende neuronale Netzwerk und fördert die Neuroplastizität. Körperorientierte Skillsarbeit zielt darauf ab kreative und körperliche Fähigkeiten zu entdecken, auszubauen und für die Problem- und Alltagsbewältigung zu nutzen, ohne sich in einer Fülle von Ansätzen, Möglichkeiten und Bedingungen zu verlieren.

Im Praxisteil werden strukturierte Übungsangebote aus den Bereichen: Körperachtsamkeit, Koordination und Gleichgewicht, Körperwahrnehmung und -akzeptanz, Körperausdruck und Training nonverbaler Interaktionen, Emotionsmodulation, sowie Krisen- und Hochstressmanagement vorgestellt. Die Übungen helfen dabei, von etablierten Reaktionsmustern und automatisierten Verhaltensweisen abzuweichen, die oft notwendige Modulierung zu erreichen, sowie Stärken und Ressourcen zu fördern. Übungsbeschreibungen in Wort und Bild helfen bei der praktischen Umsetzung.

Angesprochen werden Menschen aus dem psychosozialen Arbeitsumfeld, medizinische, therapeutische, pädagogische und sozialpädagogische Berufsgruppen, die den Körper in die Therapie einbeziehen möchten.

Den Körper habe ich immer dabei!Das Buch beschreibt theoretische Hintergründe, Didaktik, Methodik, Strategien, Modalitäten und Risiken beim Einsatz von Körperskills. Die behutsame Aktivierung und Wahrnehmung körperlicher Reaktionen aktiviert das korrespondierende neuronale Netzwerk und fördert die Neuroplastizität. Körperorientierte Skillsarbeit zielt darauf ab kreative und körperliche Fähigkeiten zu entdecken, auszubauen und für die Problem- und Alltagsbewältigung zu nutzen, ohne sich in einer Fülle von Ansätzen, Möglichkeiten und Bedingungen zu verlieren.Im Praxisteil werden strukturierte Übungsangebote aus den Bereichen: Körperachtsamkeit, Koordination und Gleichgewicht, Körperwahrnehmung und -akzeptanz, Körperausdruck und Training nonverbaler Interaktionen, Emotionsmodulation, sowie Krisen- und Hochstressmanagement vorgestellt. Die Übungen helfen dabei, von etablierten Reaktionsmustern und automatisierten Verhaltensweisen abzuweichen, die oft notwendige Modulierung zu erreichen, sowie Stärken und Ressourcen zu fördern. Übungsbeschreibungen in Wort und Bild helfen bei der praktischen Umsetzung.Angesprochen werden Menschen aus dem psychosozialen Arbeitsumfeld, medizinische, therapeutische, pädagogische und sozialpädagogische Berufsgruppen, die den Körper in die Therapie einbeziehen möchten.

Kundenservice Verlag Dr. Otto Schmidt KG
Neumannstraße 10, 40235 Düsseldorf | kundenservice@otto-schmidt.de | 0221-93738-997 (Inland)