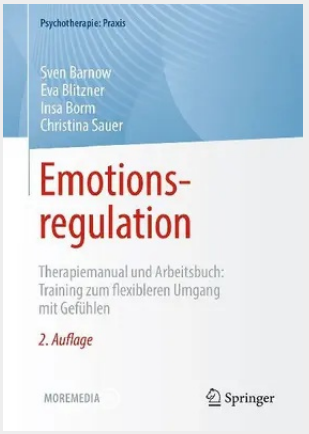
Barnow / Blitzner / Borm

Emotionsregulation

Therapiemanual und Arbeitsbuch: Training zum flexibleren Umgang mit Gefühlen



Mit diesem Manual bekommen Psychotherapeut_innen und Trainer_innen strukturierte Anweisungen an die Hand, um ein 9-wöchiges Training zur Förderung einer flexiblen Emotionsregulation durchzuführen. Neu in der zweiten Auflage: aktuelle Forschungsbefunde zur Emotionsregulation, Ergänzungen zur interpersonellen Emotionsregulation, entsprechende Anpassung der Gruppensitzungen und stärkerer Fokus auf das Training einer flexiblen Emotionsregulation. Die Anleitungen wurden zusätzlich mit praktischen Hinweisen angereichert.

Aus dem Inhalt:

Grundlagen flexibler Emotionsregulation – Gruppentraining in 9 Sitzungen mit Materialien – Training einzelner Regulationsstrategien – Evaluation – Abschluss und Booster.

Das Autorenteam:

Prof. Dr. phil. Sven Barnow, Leiter des Lehrstuhls für Klinische Psychologie und Psychotherapie, sowie der Psychotherapeutischen Hochschulambulanz an der Universität Heidelberg.

Dr. phil. Eva Blitzner, Psychologische Psychotherapeutin (VT) in eigener Praxis für Psychotherapie und sozialmedizinische Gutachterin.

Insa Borm, wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Arbeitseinheit Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Heidelberg.

Dr. Christina Sauer, Psychologische Psychotherapeutin (VT), wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich der Psychoonkologie am Universitätsklinikum Heidelberg.

Mit diesem Manual bekommen Psychotherapeut_innen und Trainer_innen strukturierte Anweisungen an die Hand, um ein 9-wöchiges Training zur Förderung einer flexiblen Emotionsregulation durchzuführen. Neu in der zweiten Auflage: aktuelle Forschungsbefunde zur Emotionsregulation, Ergänzungen zur interpersonellen Emotionsregulation, entsprechende Anpassung der Gruppensitzungen und stärkerer Fokus auf das Training einer flexiblen Emotionsregulation. Die Anleitungen wurden zusätzlich mit praktischen Hinweisen angereichert. Aus dem Inhalt: Grundlagen flexibler Emotionsregulation - Gruppentraining in 9 Sitzungen mit Materialien - Training einzelner Regulationsstrategien - Evaluation - Abschluss und Booster. Das Autorenteam: Prof. Dr. phil. Sven Barnow, Leiter des Lehrstuhls für Klinische Psychologie und Psychotherapie, sowie der Psychotherapeutischen Hochschulambulanz an der Universität Heidelberg. Dr. phil. Eva Blitzner, Psychologische Psychotherapeutin (VT) in eigener Praxis für Psychotherapie und sozialmedizinische Gutachterin.Insa Borm, wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Arbeitseinheit Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Heidelberg. Dr. Christina Sauer, Psychologische Psychotherapeutin (VT), wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich der Psychoonkologie am Universitätsklinikum Heidelberg.

39,99 €
37,37 € (zzgl. MwSt.)

sofort versandfertig, Lieferfrist: 1-3 Werktage

Artikelnummer: 9783662680704
Medium: Buch
ISBN: 978-3-662-68070-4
Verlag: Springer
Erscheinungstermin: 28.05.2024
Sprache(n): Deutsch
Auflage: 2. Auflage 2024
Serie: Psychotherapie: Praxis
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 417 g
Seiten: 179
Format (B x H): 168 x 240 mm

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