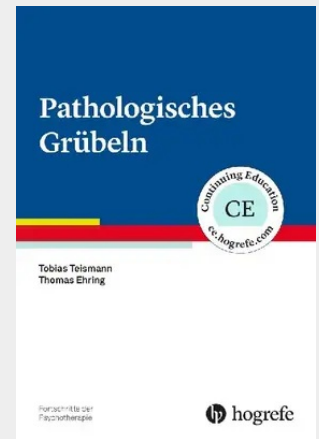


Pathologisches Grübeln

Grübeln gilt als zentraler Risikofaktor für die Entstehung und Aufrechterhaltung emotionaler Störungen. Es ist daher vielversprechend, anhaltendes Grübeln zum unmittelbaren Ansatzpunkt therapeutischen Handelns zu machen. Im Gegensatz zur klassisch kognitiv-verhaltenstherapeutischen Herangehensweise liegt der therapeutische Fokus also weniger auf der Bearbeitung von Inhalten, über die gegrübelt wird, sondern auf dem Prozess des Grübelns selbst. Der Band vermittelt praxisorientierte Strategien zur Reduktion von Grübeln. Zunächst liefert der Band einen Überblick über den aktuellen Stand der Forschung zur Rolle des Grübelns bei psychischen Störungen und geht dabei auf wesentliche Theorien, empirische Befunde und Ergebnisse der Therapieforschung ein. Strategien zur Exploration von Grübelprozessen sowie Fragebogen zur Erfassung grüblerischer Reaktionen werden vorgestellt. Praxisorientiert werden anschließend therapeutische Strategien zur Behandlung persistierenden Grübelns aufgezeigt. Dabei wird insbesondere auf grübel fokussierte Interventionen der Metakognitiven Therapie und der Ruminationsfokussierten Kognitiven Verhaltenstherapie eingegangen.

Grübeln gilt als zentraler Risikofaktor für die Entstehung und Aufrechterhaltung emotionaler Störungen. Es ist daher vielversprechend, anhaltendes Grübeln zum unmittelbaren Ansatzpunkt therapeutischen Handelns zu machen. Im Gegensatz zur klassisch kognitiv-verhaltenstherapeutischen Herangehensweise liegt der therapeutische Fokus also weniger auf der Bearbeitung von Inhalten, über die gegrübelt wird, sondern auf dem Prozess des Grübelns selbst. Der Band vermittelt praxisorientierte Strategien zur Reduktion von Grübeln. Zunächst liefert der Band einen Überblick über den aktuellen Stand der Forschung zur Rolle des Grübelns bei psychischen Störungen und geht dabei auf wesentliche Theorien, empirische Befunde und Ergebnisse der Therapieforschung ein. Strategien zur Exploration von Grübelprozessen sowie Fragebogen zur Erfassung grüblerischer Reaktionen werden vorgestellt. Praxisorientiert werden anschließend therapeutische Strategien zur Behandlung persistierenden Grübelns aufgezeigt. Dabei wird insbesondere auf grübel fokussierte Interventionen der Metakognitiven Therapie und der Ruminationsfokussierten Kognitiven Verhaltenstherapie eingegangen.



19,95 €

19,95 € (zzgl. MwSt.)

sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3 Werktage

Artikelnummer: 9783801727482

Medium: Buch

ISBN: 978-3-8017-2748-2

Verlag: Hogrefe Verlag GmbH + Co.

Erscheinungstermin: 01.07.2019

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2019

Serie: Fortschritte der Psychotherapie

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 258 g

Seiten: 105

Format (B x H): 163 x 241 mm

