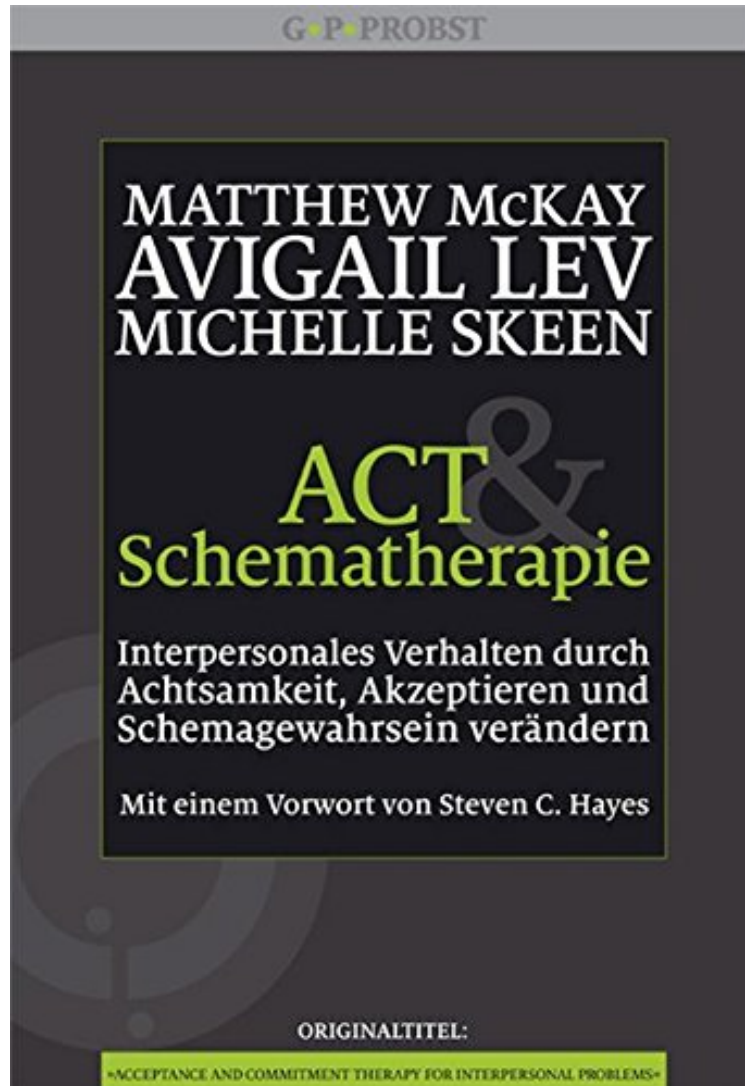


(Library ebook) ACT und Schematherapie. Interpersonales Verhalten durch Achtsamkeit, Akzeptieren und Schemagewahrsein verndern

ACT und Schematherapie. Interpersonales Verhalten durch Achtsamkeit, Akzeptieren und Schemagewahrsein verndern

Von Matthew McKay, Avigail Lev, Michelle Skeen, Stephen C. Hayes (Vorwort), Theo Kierdorf (bersetzer), Hildegard Hhr (bersetzer)

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #151375 in BcherMarke: Probst, LichtenauVerffentlicht am: 2013-07-05Abmessungen: 9.49 x .91b x 6.69l, Einband: Taschenbuch240 Seiten | File size: 77.Mb

Von Matthew McKay, Avigail Lev, Michelle Skeen, Stephen C. Hayes (Vorwort), Theo Kierdorf (bersetzer), Hildegard Hhr (bersetzer) : ACT und Schematherapie. Interpersonales Verhalten durch Achtsamkeit, Akzeptieren und Schemagewahrsein verndern before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised ACT und Schematherapie. Interpersonales Verhalten durch Achtsamkeit, Akzeptieren und Schemagewahrsein verndern:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Sinnvolle Kombination
Von Adalbert ACT - das klingt nach Aktionismus, hinter dem Akronym verbirgt sich aber "Akzeptanz und Commitment Therapy", das zunächst ein Handeln durch Nicht-Handeln empfiehlt. Wo immer ein Problem durch traditionelle Problemlösungsstrategien eher grösser wird (so wie man sich im Treibsand durchs Strampeln nur weiter nach unten befördert), da kann die von ACT nicht direkt herbeizitierte Sakshi Bhava-Meditation, das Selbstmonitoring weiterführen. Wie Mediationen mit der Beobachtung eines stets vorhanenen, hintergründigen Zirkulargeschehens beginnen, so wird auch in Bezug auf die Denk- und Fühlmeditation der Denker und Fühler aus dem Hintergrund in den Vordergrund gebracht. Gelingt dies mit der Zeit immer besser, wird man zum routinierten Sammler und Benenner der eigenen Regieanweisungen, so stellt sich nach und nach mehr innere Ruhe ein. Diese kann dann eben doch genutzt werden, um auch mal anders, etwa wirklich den eigenen Werten gemäss zu handeln. "C'est n'est pas une pipe" könnte das Motto der empfohlenen "Defusion" lauten. Nah bei Nietzsches Kritik des freien Willens, aber ohne den Druck zum Umwerten. Dass hier auch noch die Schematherapie herangezogen wird, darf speziell Psychoanalytiker interessieren, denn so wird auch einer meditativen Technik endgültig ein Therapietool, das weitere "dritte Wille"-Verfahren schließt nämlich Schubladen für unsere unbewussten zwanghaften Gedanken- und Gefühlskreisele vor. Das i-Tüpfelchen des Buches ist das Manual, diese Fusion für Gruppentrainings anzubieten.
14 von 15 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Gewinn für Therapeuten
Von Stephan Hoyndorf
Als ich dieses Buch las, habe ich gemerkt, genau darauf hatte ich gewartet, das ist genau, was ich brauche. Die Kombination von ACT und Schematherapie, - ja doch, das passt tatsächlich. Meine Grundorientierung ist Kognitive VT, seit Jahren habe ich mich ACT zugewandt, Grundkenntnisse in der Schematherapie habe ich auch. Bei ACT denke ich, das interpersonelle und das biografische kommt in der ACT Literatur zu kurz. Der Ansatz dieses Buches: Man entkommt seinen Schemata nicht, aber ACT hilft im Umgang mit den Schemata, vor allem im interpersonellen Verhalten. Dies wird hier bestens dargestellt, empirische Daten werden auch vorgelegt. Ich wünsche dem Buch, die Aufmerksamkeit die es verdient.

Produktbeschreibung
Interpersonales Verhalten durch Achtsamkeit, Akzeptieren und Schemagewahrsein
verändern
Broschiertes Buch
"Dies ist das erste Buch, das eine Brücke schlägt zwischen dem kognitiven Ansatz der Schematherapie und neueren behavioralen Therapien, in denen Achtsamkeit und Akzeptieren zentrale Rollen spielen, so wie es in der Acceptance-and-Commitment-Therapie der Fall ist. Allen Klinikern und Helfern, denen klar ist, wie schwerwiegend die sozialen und interpersonalen Probleme der ihnen Anvertrauten sind, sollte das Buch als Pflichtlektüre anempfohlen werden." (John P. FORSYTH, Ph.D., Professor für Psychologie an der University at Albany, Mitautor mehrerer sehr erfolgreicher Bücher)
Das Buch "ACT und Schematherapie" stellt ein Behandlungsprotokoll für die Arbeit mit Klienten vor, die in ihren Beziehungen zu Freunden, Familienangehörigen, Arbeitskollegen und Liebesspartnern ständig in dysfunktionale Verhaltensmuster zurückfallen. Die Betroffenen beschuldigen oft andere, neigen zum Rückzug, sobald sie sich bedroht fühlen, reagieren in Konflikten defensiv oder hegen ein tief verwurzeltetes Misstrauen. All dies sind interpersonale Probleme, die Beziehungen schädigen und viel Leid verursachen.
"Die Autoren beschreiben eine Variante der Acceptance-and-Commitment-Therapie (ACT), die mit Hilfe des schemabasierten Ansatzes Klienten zu helfen versucht, ihre dysfunktionalen interpersonalen Verhaltensweisen zu berwinden. Zunächst werden die Klienten darüber aufgeklärt, wie auf dem Prinzip der Schema-Vermeidung basierende Verhaltensweisen ihre Beziehungen schädigen. Anschließend werden sie mit kreativer Hoffnungslosigkeit konfrontiert, und sie ben sich darin, Achtsamkeit zu entwickeln. Danach untersuchen die Klienten, was ihnen an ihren Beziehungen besonders wichtig ist und was sie sich von diesen versprechen. Sie bersetzen dabei ihre Werte in die klare Absicht, sich in Zukunft anders zu verhalten. Und schließlich setzen sich die Klienten mit den kognitiven und...

Kurzbeschreibung
"Dies ist das erste Buch, das eine Brücke schlägt zwischen dem kognitiven Ansatz der Schematherapie und neueren behavioralen Therapien, in denen Achtsamkeit und Akzeptieren zentrale Rollen spielen, so wie es in der Acceptance-and-Commitment-Therapie der Fall ist. Allen Klinikern und Helfern, denen klar ist, wie schwerwiegend die sozialen und interpersonalen Probleme der ihnen Anvertrauten sind, sollte das Buch als Pflichtlektüre anempfohlen werden." - John P. FORSYTH, Ph.D., Professor für Psychologie an der University at Albany
"McKay, Lev und Skeen stellen eine erfolgreich getestete innovative Kombination von ACT und Schematherapie vor. (...) Das Buch basiert auf einer klinischen Studie, die zeigt, wie Verhaltensflexibilität gefördert werden kann, indem man zu akzeptieren lernt und unzutreffliche Gedanken, Emotionen und Überzeugungen - Schemata eingeschlossen - durch Defusion neutralisiert." - Georg EIFERT, Ph.D., em. Professor der Psychologie an der Chapman University
Das Buch "ACT und Schematherapie" stellt ein Behandlungsprotokoll für die Arbeit mit Klienten vor, die in ihren Beziehungen zu Freunden, Familienangehörigen, Arbeitskollegen und Liebesspartnern ständig in dysfunktionale Verhaltensmuster zurückfallen. Die Betroffenen beschuldigen oft andere, neigen zum Rückzug, sobald sie sich bedroht fühlen, reagieren in Konflikten defensiv oder hegen ein tief verwurzelt Misstrauen. All dies sind interpersonale Probleme, die Beziehungen schädigen und viel Leid verursachen. Die Autoren beschreiben eine Variante der Acceptance-and-Commitment-Therapie (ACT), die mit Hilfe des schemabasierten Ansatzes Klienten zu helfen versucht, ihre dysfunktionalen interpersonalen Verhaltensweisen zu berwinden. Zunächst werden die Klienten darüber aufgeklärt, wie auf dem Prinzip der Schema-

Vermeidung basierende Verhaltensweisen ihre Beziehungen schädigen. Anschließend werden sie mit "kreativer Hoffnungslosigkeit" konfrontiert, und sie ben sich darin, Achtsamkeit zu entwickeln. Danach untersuchen die Klienten, was ihnen an ihren Beziehungen besonders wichtig ist und was sie sich von diesen versprechen. Und schließlich setzen sich die Klienten mit den kognitiven und emotionalen Barrieren auseinander, die zwischen ihnen und wertebasiertem Verhalten in ihren Beziehungen stehen. Wenn sie lernen, im Sinne ihrer Werte zu handeln, statt in schemabedingte Muster zu verfallen, gelingt es ihnen letztlich, die bisher so hinderlichen interpersonalen Probleme zu bewältigen.

Originaltitel: Acceptance and Commitment Therapy for Interpersonal Problems. Using Mindfulness, Acceptance, and Schema Awareness to Change Interpersonal Behaviors

ber den Autor und weitere Mitwirkende

MATTHEW McKAY, Ph.D., ist Professor am Wright Institute in Berkeley, CA. Er hat sich auf die Behandlung von Angst, interpersonalen Problemen und Depression spezialisiert. Er ist Co-Autor zahlreicher, auch international sehr erfolgreicher Bücher. Die von ihm mitverfassten Bücher haben insgesamt eine weltweite Auflage von mehr als drei Millionen Exemplaren erreicht.

AVIGAIL LEV, Psy.D., ist klinische Supervisorin an der Berkeley Cognitive and Behavioral Therapies Clinic. Sie hat sich auf Paartherapie und die Behandlung affektiver Störungen und interpersonalen Probleme spezialisiert.

MICHELLE SKEEN, Psy.D., studierte die Schematherapie bei Jeffrey Young, dem Begründer dieser innovativen Therapieform. Sie schloß ihre post-doktoralen Studien an der University of California, San Francisco, ab, und arbeitet nun in privater Praxis in San Francisco. Sie betreut eine regelmäßige Radiosendung und ist Autorin des Buches "Lebensfallen in der Partnerschaft. Schematherapie in Beziehungen" - eingeleitet mit einem Vorwort von Jeffrey Young (G.P. Probst Verlag 2012).

Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

"Die Konzentration auf umfassendere Muster (die Schemata) hilft Klienten, sich ihr eigenes Verhalten mit mehr Distanz und achtsamer anzuschauen, und es kommt oft auch der Suche nach Möglichkeiten, neue Formen der Anpassung zu entwickeln, zugute. Es hilft Klienten, einen Schritt vom Geschehen in der aktuellen Situation zurückzutreten und sich zu fragen: Was will ich hier und jetzt eigentlich? Und: Was beinhalten die umfassenderen Beziehungsmuster, die sich durch mein momentanes Verhalten herausbilden? Dieser Schritt das Zurücktreten vom aktuellen Geschehen und das Ausschauhalten nach umfassenderen Mustern ist ein mächtiger Verbündeter der Veränderung." Steven C. HAYES, Ph.D...."