

(Get free) Anpassungsstrung und Lebenskrise: Material fr Therapie, Beratung und Selbsthilfe. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial

## **Anpassungsstrung und Lebenskrise: Material fr Therapie, Beratung und Selbsthilfe. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial**

*Von Nicolas Hoffmann, Birgit Hofmann*

*\*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks*



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrang: #368259 in BcherVerffentlicht am: 2008-04Abmessungen: 9.69 x .71b x 6.77l, Einband: Gebundene Ausgabe205 Seiten | File size: 34.Mb

**Von Nicolas Hoffmann, Birgit Hofmann : Anpassungsstrung und Lebenskrise: Material fr Therapie, Beratung und Selbsthilfe. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Anpassungsstrung und Lebenskrise: Material fr Therapie, Beratung und Selbsthilfe. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

Hilfreiche Module zu einer Randkategorie Von M. Lehmann-Pape Die Anpassungsstrung bezeichnet.. Reaktionsformen auf psychosoziale Belastungen von nicht-traumatischen Ausma wie Trennungserlebnisse, Schwierigkeiten in Beziehungen und am Arbeitsplatz, schere krperlich Erkrankungen und andere einschneidende Lebensvernderungen und Schicksalsschlge. Womit Hoffmann und Hofmann diesen Teil von Strungen aus ihrem Randgebiet hervorholen, diese nicht als Restbezeichnung nutzen, wenn die klassischen Strungsbilder eben nicht ganz greifen, sondern zu Krisen fhrende Anpassungsstrungen oder Anpassungsstrungen, die aus Krisen resultieren als eine eigene Kategorie psychischer Strungen setzen und ruhig und sachgerecht behandeln. Die eben ganz und gar nicht Randgebiet sind, sondern vielleicht sogar viel mehr mitten im Leben stehen, zumindest sich einfach mehr aus dem und im Leben entwickeln, als es klassische Depressionen oder andere Strungsbilder tun. Damit betrifft sie eine fundamentale Situation des menschlichen Daseins. Denn Misslingen, Stolpern, Scheitern, unverhoffte Einschnitte, das ist letztlich in kaum einem Leben wirklich zu vermeiden. Sich an krisenhafte Gegebenheiten anpassen zu mssen, innere Stellschrauben anders zu stellen, das ist fast das ganz normale Leben, auch in den berforderungen und damit dem Verlust der Balance, die damit einhergehen. Wenn die Welt aus den Fugen geraten ist, Wesentliches verloren ging, dann ist guter Rat ntig, dann berfordert dies nicht selten die bis dahin entwickelten Krfte des Menschen. Auch hier, therapeutisch, ressourcenorientiert zu arbeiten, die Resilienz zu strken, neue Wege zu erforschen und Krfte fr diese zu entdecken und im Leben zu entfalten, Hoffmann und Hofman bieten im Buch 12 erprobte, in sich schlssige und leicht verstndlich dargestellte Module mit hohem Praxisbezug, die in der Fachliteratur durchaus auch eine Lcke gerade im Blick auf Anpassungsstrungen schlieen. Dabei stellen die einzelnen Module in der Reihenfolge ihrer Darstellung auch eine innere Entwicklung dar, die in der beratenden Praxis Schritt fr Schritt gut gegangen werden kann. Zunchst geht es um Annahme der Krise und die Bereitschaft zu einer Auszeit, auch wenn diese vielleicht nur innerlich genommen wird oder werden kann. Als Zeichen der Bereitschaft, die Krise als Krise wahrzunehmen und sich dieser bewusst zu stellen. Im nchsten Schritt folgt ein besseres Verstndnis, sprich eine Konkretisierung der Krise, um diese dann realistisch einschtzen zu knnen. Im auen, zunchst, dann im Innen mit berholtem aufzurumen folgen als sinnvolle nchste Schritte, bevor neue Ziele und Perspektiven sich organisch ergeben und aufbauen knnen. Diese zu wollen und zu planen und die dann notwendigen Krfte ins ich zu suchen und zu entfalten bringen schon deutlich in die Anpassung, die ressourcenorientierte Vernderung. Bei der es notwendig sein wird, der nchste Schritt der Module, in die Handlung zu kommen (und sich hilfreich begleiten zu lassen), wobei dann auch die Mglichkeiten und Kompetenzen erwachsen, sich mit (auf jeden Fall stattfindenden) Problemen und Schwierigkeiten resilient auseinandersetzen zu knnen, ohne die Spur zu verlieren. Daraus wird ein anderer, konstruktiver Umgang mit anderen Menschen und sich selbst am Ende erwachsen. Was Hoffmann und Hofmann am Ende auch mit Hinweisen zur Selbsthilfe versehen (in gewissem Rahmen natrlich nur). Im Stil sehr verstndlich und sehr eingngig macht die Lektre bereits durchaus Lust auf das Angehen in der eigenen Arbeitspraxis, wie, von der anderen Seite gesehen, ebenfalls Impulse und Motivation erwachsen, mit eigenen Krisen umgehen zu wollen statt diese nur zu erleiden. Fachlich, sachlich und im Ton eine hervorragende Lektre mitten aus dem Leben, die zeigt, welche Krfte die ressourcenorientierte Arbeit nutzt und freizusetzen imstande ist. 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Hilfreich Von Casiopaia Auch dieses Buch steht in meiner Praxis im Regal und ist immer wieder ein gutes Nachschlagewerk. Schon oft habe ich es Klienten empfohlen die fr sich gute Lsungen erarbeiten konnten. In der Psychoeducation eine wertvolle Hilfe 1 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr hilfreich Von Kunde Gut strukturiert und mit vielen praktischen Materialien versehen. So bekommt man eine schnelle bersicht ber die Problematik und kann auch gleich praktisch beginnen.

Pressestimmen Ein fr die Praxis hilfreiches und sehr anwenderfreundlich gestaltetes Buch. rztliche Psychotherapie Ein spannendes und ntzliches Therapiemanual fr die Behandlung von Anpassungsstrungen und Lebenskrisen fr verhaltenstherapeutisch ausgerichtete Psychotherapeuten. Psychiatrie und Psychotherapie Kurzbeschreibung Es gibt in Beratungsstellen und Praxen immer hufiger Patienten, deren Zustand nicht eindeutig mit einer psychiatrischen Diagnose belegt werden kann. Der Patient spricht von Krise und Erschpfung und zeigt ein groes und berechtigtes Bedrfnis nach Therapie. Hier setzt das Buch an. Die einzelnen Schritte, um eine Lebenskrise zu berwinden, werden analysiert, und konkrete Manahmen werden vorgestellt. Konsequenter ressourcenorientiert lernt der Klient in der Therapie, seine Probleme zu analysieren: Das Buch zeigt zunchst Hintergrnde fr krisenhaftes Erleben. In einem zweiten Teil erffnet es in 12 Modulen den Weg aus der Krise. Die Materialien stehen zum Ausdrucken online zur Verfugung. Dieses Buch wendet sich in erster Linie an Therapeuten und Berater, kann aber auch in Eigenregie von Klienten benutzt werden. Die Arbeitsbltter des Buches sind als Online-Material erhltlich. In der E-Book Version sind alle Arbeitsbltter des Buches enthalten. ber den Autor und weitere Mitwirkende Dr. Nicolas Hoffmann ist seit ber 30 Jahren Verhaltenstherapeut, Dozent und Supervisor. Er ist Grndungsvorsitzender des Institutes fr Verhaltenstherapie Berlin. Dr. Birgit Hofmann ist Verhaltenstherapeutin und Mitarbeiterin in Forschungsprojekten an der Universitt Potsdam und an der Technischen Universitt Dresden. Zusammen mit Dr. Nicolas Hoffmann leitet sie die

Arbeitsgemeinschaft Angst-Depressionen-Arbeitsstrungen-Zwnge (ADAZ) in Berlin.