



Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression

Adrian Wells

 **Download**

 **Online Lesen**

Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression Adrian Wells

 [Download Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depressi
...pdf](#)

 [Read Online Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depres
...pdf](#)

Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression

Adrian Wells

Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression Adrian Wells

Downloaden und kostenlos lesen Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression Adrian Wells

331 Seiten

Pressestimmen

»Dargestellt werden theoretische Grundlagen und die Anwendung des Verfahrens bei den häufigsten psychischen Störungen.« Neurologie Psychiatrie

»Heute zeigt Adrian Wells mit brillanten Dialogen beispielsweise zum Denken bei Kontamination und Interventionen mit der dritten Welle der Verhaltenstherapie neue Linien in der Praxis der Therapie auf.« Deutsches Ärzteblatt

»Insgesamt ein präzise geschriebenes Buch über eine ausgesprochen interessante neue kognitive Therapieform.« Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie

»Ein neuer und spannender Therapieansatz wird vermittelt. Basale Grundkenntnisse in Behandlungsformen der klassischen KVT vorausgesetzt, dürfte sich der Praktiker nach der Lektüre dieses Buches kompetent und dazu angeregt fühlen, selbst metakognitive Interventionen durchzuführen. (...) Eine lohnenswerte Anschaffung für praktisch tätige Therapeuten, die sich einen Einblick in die Theorie der MKT und in deren Anwendung verschaffen möchten.« reportpsychologie Kurzbeschreibung
Dieses erste deutschsprachige Buch zur „Metakognitiven Therapie“ stellt den neuen Ansatz und seine Techniken vor.

Wells zeigt, dass emotionaler Stress weniger durch die Inhalte von Gedanken entsteht als vielmehr durch die Art und Weise, wie Menschen auf negative Gedanken und Glaubenssätze reagieren (z. B. durch Grübeln oder Sich-Sorgen). Das Ziel der metakognitiven Therapie ist daher, mehr Abstand zu den eigenen gedanklichen Prozessen einzunehmen.

Dargestellt werden theoretische Grundlagen und die Anwendung des Verfahrens bei den häufigsten psychischen Störungen: Ängste (Generalisierte Angststörung, PTSD, Zwangsstörungen) und Depression.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Adrian Wells, PhD., Professor für Klinische und Experimentelle Psychopathologie, University of Manchester, GB. Übersetzt aus dem Britischen von Janina Schweiger und Dr. Oliver Korn. Deutsche Bearbeitung von Prof. Ulrich Schweiger, Lübeck

Prof. Dr. Ulrich Schweiger, Leitender Oberarzt, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Medizinische Universität Lübeck

Download and Read Online Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression Adrian Wells
#WUPGT9XD1QL

Lesen Sie Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells für online ebook Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells Bücher online zu lesen. Online Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells ebook PDF herunterladen Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells Doc Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells Mobipocket Metakognitive Therapie bei Angststörungen und Depression von Adrian Wells EPub