

[Download] Psychotherapie und Glück: Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit

Psychotherapie und Glück: Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit

Von Andreas Dick

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #948847 in BcherVerffentlicht am: 2003-07-24Einband:
Taschenbuch182 Seiten | File size: 60.Mb

Von Andreas Dick : Psychotherapie und Glück: Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Psychotherapie und Glück: Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen6 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein

Glücksfall Von Alfred Kuenzler Der 100% ressourcenorientierte Text führt umfassend aber nicht ausufernd in die alten und neuen philosophischen und psychologischen Grundlagen des Glücksbegriffs ein. Liefert in angenehmer Kürze empirische Befunde. Schliesslich ein ausführlicher, sehr lobenswerter Praxisteil mit Übungen. Spiritualität als Ressource wird hier einmal deren Bedeutung entsprechend ausführlich behandelt. Ein wissenschaftlich fundiertes Buch, gleichzeitig sehr praxisnah und mit überraschend weitem Horizont: von Aristoteles über Psychotherapieforschung bis zu therapeutischem Humor und Aloha-polynesischer Lebenskunst. In sffigem Ton geschrieben, ohne an Tiefgang einzubüssen. Sogar die manchmal langen Sätze strengen wenig. Das Buch hat mich inspiriert. Absolut empfehlenswert für alle Psychotherapeuten.

Kurzbeschreibung Es geht um die uralte Frage: Wann und warum ist der Mensch glücklich? Und wenn er es nicht ist, wie kann er es werden? Hilft uns vielleicht Psychotherapie? Wissen wir überhaupt, welche psychischen Prozesse zum Erleben von Glück führen? Eines scheint sicher: Die Heilung psychischer Störungen ist gleichbedeutend mit der Wiederherstellung der Glücksfähigkeit. Der Autor beschreibt die wirksamen Ingredienzien von Psychotherapie und benennt die Persönlichkeitseigenschaften, die für die Entwicklung von Glücksfähigkeit förderlich sind. So öffnet sich der Blick für die Prozesse, die seelische Gesundheit und Glücksfähigkeit ermöglichen und die in der Psychotherapie allzu lange von einem auf Krankheit und Störung fixierten Denken verdeckt waren. Das Buch enthält eine Ressourcen-Checkliste zur Selbsteinschätzung der gegenwärtig verfügbaren Glücksquellen.