

Psychotherapie der Misserfolgsangst

Ein Training bei Insuffizienzerleben, Scham und Therapieresistenz

Diese Anleitung zur Therapie der Misserfolgsangst ist psychologischen Psychotherapeuten, ärztlichen Psychotherapeuten, Beratern gewidmet. Ihre Erfahrung: Häufig gibt es Situationen in der Psychotherapie, in der die Betroffenen allen wichtigen therapeutischen Aufgaben ausweichen, weil sie unter ausgeprägter Angst vor Misserfolgen leiden. Therapieresistenz ist die Folge. Viele Menschen, die schwere psychische Krankheiten durchgemacht haben, haben jedes Vertrauen in ihre Fähigkeiten verloren und leiden trotz zahlreicher „Gegenbeweise“ unter dauerhaften Insuffizienzgedanken. Ausgehend von gut erforschten Motivtrainings aus anderen Bereichen der Psychologie, Strategien zur Aufgabenbewältigung und Theorien über Scham und Selbstwert wird ein verhaltenstherapeutisches, ressourcenorientiertes Therapiekonzept vorgestellt, das zu Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten begleitet. Aus dem Inhalt: Was ist Misserfolgsangst? – Scham als misserfolgsbegründende Emotion – Scham, Misserfolgsangst und Angst vor Zurückweisung – Misserfolgsangst, soziale Einbindung und Selbstwert – Therapie der Misserfolgsvermeidung und der damit einhergehenden Therapieresistenz – Therapie der Übermotivation. Die Autorin: Sonja Hollas ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie (VT) und Ärztliche Leiterin der AWO RPK Erfurt, einer Einrichtung zur Rehabilitation psychisch kranker Menschen.

Diese Anleitung zur Therapie der Misserfolgsangst ist psychologischen Psychotherapeuten, ärztlichen Psychotherapeuten, Beratern gewidmet. Ihre Erfahrung: Häufig gibt es Situationen in der Psychotherapie, in der die Betroffenen allen wichtigen therapeutischen Aufgaben ausweichen, weil sie unter ausgeprägter Angst vor Misserfolgen leiden. Therapieresistenz ist die Folge. Viele Menschen, die schwere psychische Krankheiten durchgemacht haben, haben jedes Vertrauen in ihre Fähigkeiten verloren und leiden trotz zahlreicher „Gegenbeweise“ unter dauerhaften Insuffizienzgedanken. Ausgehend von gut erforschten Motivtrainings aus anderen Bereichen der Psychologie, Strategien zur Aufgabenbewältigung und Theorien über Scham und Selbstwert wird ein verhaltenstherapeutisches, ressourcenorientiertes Therapiekonzept vorgestellt, das zu Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten begleitet. Aus dem Inhalt: Was ist Misserfolgsangst? – Scham als misserfolgsbegründende Emotion – Scham, Misserfolgsangst und Angst vor Zurückweisung – Misserfolgsangst, soziale Einbindung und Selbstwert – Therapie der Misserfolgsvermeidung und der damit einhergehenden Therapieresistenz – Therapie der Übermotivation. Die Autorin Sonja Hollas ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie (VT) und Ärztliche Leiterin der AWO RPK Erfurt, einer Einrichtung zur Rehabilitation psychisch kranker Menschen.



44,99 €

42,05 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783662611418

Medium: Buch

ISBN: 978-3-662-61141-8

Verlag: Springer

Erscheinungstermin: 25.06.2020

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2020

Serie: Psychotherapie: Praxis

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 296 g

Seiten: 154

Format (B x H): 155 x 235 mm

