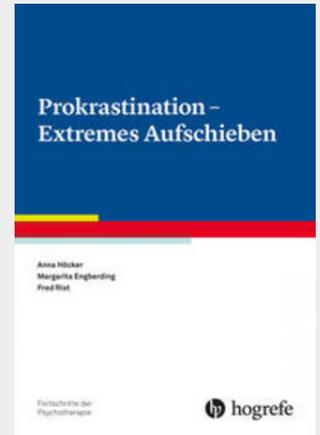


## Prokrastination - Extremes Aufschieben

---

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten werden in der Praxis immer häufiger mit dem Anliegen Prokrastination, also dem chronischen exzessiven Aufschieben, oder mit milderer Formen des Aufschiebens konfrontiert, die zwar nicht „pathologisch“ sind, aber dennoch als störend oder belastend empfunden werden. Das Buch liefert einen praxisorientierten Leitfaden für die Diagnostik und Behandlung von Prokrastination. Chronisch-exzessives Aufschieben ist ein Problem der Selbststeuerung. Es hat gravierende Folgen sowohl für die Leistungs- und Arbeitsfähigkeit als auch für die allgemeine Lebensführung und das psychische Wohlbefinden. Prokrastination kann Ursache psychischer Symptome und Störungen sein, als Symptom im Rahmen psychischer Störungen auftreten oder selbst eine klinisch relevante Symptomatik darstellen. Der Band liefert neben einer Beschreibung der speziellen Arbeitsstörung ein kognitiv-behaviorales Erklärungsmodell und eine Anleitung für das diagnostische Vorgehen. Weiterhin werden Behandlungsmodule vorgestellt, die je nach individueller Problemlage und nach zeitlichen Rahmenbedingungen unterschiedlich kombiniert werden können. Die Module sind einzeln durchführbar oder können in eine bestehende umfassendere Behandlung oder Beratung integriert werden. Lösungen für die Bewältigung problemtypischer Schwierigkeiten in der Behandlung werden erörtert. Arbeitsmaterialien erleichtern die Umsetzung des Vorgehens in die Praxis.



**19,95 €**  
18,64 € (zzgl. MwSt.)

*sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3  
Werktage*

---

**Artikelnummer:** 9783801730819  
**Medium:** Buch  
**ISBN:** 978-3-8017-3081-9  
**Verlag:** Hogrefe Verlag GmbH + Co.  
**Erscheinungstermin:** 24.01.2022  
**Sprache(n):** Deutsch  
**Auflage:** 1. Auflage 2022  
**Serie:** Fortschritte der Psychotherapie  
**Produktform:** Kartoniert  
**Gewicht:** 253 g  
**Seiten:** 107  
**Format (B x H):** 167 x 241 mm

