



Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial

Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz

 **Download**

 **Online Lesen**

Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz

 [Download Metakognitives Training bei Depression \(D-MKT\): Mit E-B...pdf](#)

 [Read Online Metakognitives Training bei Depression \(D-MKT\): Mit E...pdf](#)

Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial

Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz

Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz

Downloaden und kostenlos lesen Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz

186 Seiten

Kurzbeschreibung

Es gilt inzwischen als gesichert, dass bei Depressionen verschiedene Arten von Denkverzerrungen auftreten, z.B. übertriebene Verallgemeinerungen wie »Wenn ich einmal versage, werde ich immer versagen«. Genau dort setzt das Metakognitive Training (D-MKT) an: Es zeigt den Klienten diese Denkverzerrungen auf und hilft, sie zu vermeiden. Das praktische Manual leitet ausführlich zur Durchführung des Trainings für depressive Patienten an. Zusätzlich beinhaltet es alle dafür erforderlichen Präsentationsfolien und Nachbereitungsbögen zum Ausdrucken.

Depressionen gehören zu den weltweit häufigsten psychischen Erkrankungen. Dabei gehen sie mit einer reduzierten Lebensqualität und einem starken Leidensdruck einher. Das D-MKT ist vornehmlich für Patienten bzw. Klienten mit leichten bis mittelschweren Depressionen geeignet, ist niedrigschwellig und unkompliziert umsetzbar. Das Training ist für Gruppen konzipiert, kann aber auch problemlos in der Einzeltherapie eingesetzt werden. Die acht Module behandeln Themen wie Denken und Schlussfolgern, Gedächtnis, Selbstwert, Verhaltensweisen und Strategien sowie Wahrnehmen von Gefühlen. Mit E-Book inside und Trainingsmaterial Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Lena Jelinek, Dipl.-Psych., Privatdozentin und Psychologische Psychotherapeutin am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) sowie Dozentin und Supervisorin für Verhaltenstherapie.

Dr. Marit Hauschildt, Dipl.-Psych., wissenschaftliche Mitarbeiterin am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) sowie klinische Tätigkeit in der Abteilung für Affektive Erkrankungen, Asklepios Klinik Nord, Hamburg.

Prof. Dr. Steffen Moritz, Dipl.-Psych., Neuropsychologe (GNP) und Leiter der Arbeitsgruppe Klinische Neuropsychologie am Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf (UKE).

Download and Read Online Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz #V1SYTGN6UF8

Lesen Sie Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz für online ebook
Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz
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
Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz
Bücher online zu lesen. Online Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz
ebook PDF herunterladen
Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz
Doc
Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz
Mobipocket
Metakognitives Training bei Depression (D-MKT): Mit E-Book inside und Trainingsmaterial von Lena Jelinek, Marit Hauschildt, Steffen Moritz
EPub