



## **Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens

*Anna Höcker*

**Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens** Anna Höcker

 [Download Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pat ...pdf](#)

 [Online lesen Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des p ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens Anna Höcker**

---

Format: Kindle eBook

### **Kurzbeschreibung**

Prokrastination – pathologisches Aufschieben – ist weit verbreitet und klinisch relevant. In der psychotherapeutischen Praxis stellt sich dieses Problem häufig als eigenständige psychische Störung mit gravierenden Folgen für die Lebensführung der Betroffenen dar. Dennoch gibt es bislang weder Leitlinien noch ein Manual zur Behandlung von Prokrastination. Erstmals wird im vorliegenden Band ein systematisches, aus der kognitiv-verhaltenstherapeutischen Störungskonzeption entwickeltes Vorgehen sowohl für die Einzel- als auch die Gruppenbehandlung von Prokrastination beschrieben. Das praktische Vorgehen ist klar strukturiert und gliedert sich in verschiedene kognitiv-verhaltenstherapeutische Behandlungsbausteine, deren Wirksamkeit empirisch abgesichert ist. Diese können je nach individueller Problemlage und nach zeitlichen Rahmenbedingungen kombiniert werden. Nach Informationen über Symptome, Störungsmodelle und Behandlungsmöglichkeiten wird das therapeutische Vorgehen in den einzelnen Sitzungen konkret und praxisorientiert vorgestellt. Die umfassenden Arbeitsmaterialien zur Diagnostik und Therapie, die zusätzlich auf einer CD-ROM vorliegen, können unmittelbar in die eigene therapeutische Praxis übernommen werden.

Prokrastination – pathologisches Aufschieben – ist weit verbreitet und klinisch relevant. In der psychotherapeutischen Praxis stellt sich dieses Problem häufig als eigenständige psychische Störung mit gravierenden Folgen für die Lebensführung der Betroffenen dar. Dennoch gibt es bislang weder Leitlinien noch ein Manual zur Behandlung von Prokrastination. Erstmals wird im vorliegenden Band ein systematisches, aus der kognitiv-verhaltenstherapeutischen Störungskonzeption entwickeltes Vorgehen sowohl für die Einzel- als auch die Gruppenbehandlung von Prokrastination beschrieben. Das praktische Vorgehen ist klar strukturiert und gliedert sich in verschiedene kognitiv-verhaltenstherapeutische Behandlungsbausteine, deren Wirksamkeit empirisch abgesichert ist. Diese können je nach individueller Problemlage und nach zeitlichen Rahmenbedingungen kombiniert werden. Nach Informationen über Symptome, Störungsmodelle und Behandlungsmöglichkeiten wird das therapeutische Vorgehen in den einzelnen Sitzungen konkret und praxisorientiert vorgestellt. Die umfassenden Arbeitsmaterialien zur Diagnostik und Therapie, die zusätzlich auf einer CD-ROM vorliegen, können unmittelbar in die eigene therapeutische Praxis übernommen werden.

Download and Read Online Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens Anna Höcker #CK9SEZNH8WL

Lesen Sie Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker für online ebook Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker 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 Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker Bücher online zu lesen. Online Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker ebook PDF herunterladen Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker Doc Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker Mobipocket Prokrastination: Ein Manual zur Behandlung des pathologischen Aufschiebens von Anna Höcker EPub