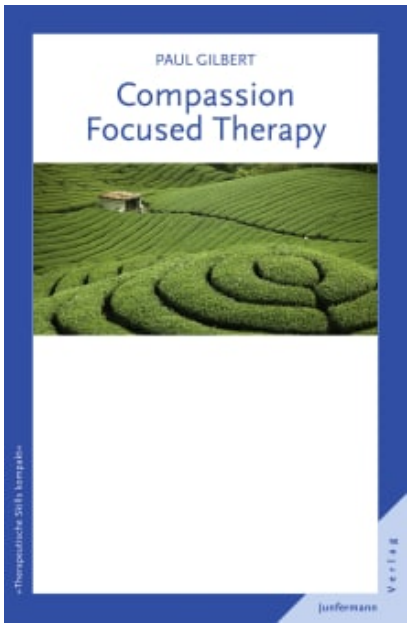

Erschienen am 21.06.2013
240 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-87387-935-5

Paul Gilbert

Compassion Focused Therapy

Die Bedeutung der heilsamen Wirkung von Mitgefühl (engl. compassion) hat in den letzten Jahren im therapeutischen Setting enorm zugenommen. Die Entwicklung von Mitgefühl – sich selbst und seinen Mitmenschen gegenüber – ist zu einem wichtigen therapeutischen Instrument und Ziel geworden.
Paul Gilbert erklärt in seinem Buch, wie die sogenannte Compassion Focused Therapy (CFT), in der Mitgefühl zur Verbesserung der psychischen Gesundheit des Klienten im Fokus steht, umgesetzt werden kann. Er zeigt die Unterschiede zu anderen kognitiven Therapieformen auf und stellt die typischen Merkmale der therapeutischen Arbeit vor. Unterteilt in einen theoretischen und einen praktischen Teil bietet das Buch eine klare Darstellung der CFT und eignet sich hervorragend sowohl für Lehrende, Lernende als auch für Praktiker, die mehr Einblicke in diesen vielversprechenden Ansatz bekommen möchten.

Autorenprofil

Paul Gilbert

Paul Gilbert ist Professor der Klinischen Psychologie an der University of Derby. Seit 30 Jahren behandelt er Klienten mit emotionalen Störungen wie überfordernde Scham- und Schuldgefühle. Die Compassion Focused Therapy wird von ihm bereits seit 20 Jahren in der Therapie angewandt und erfolgreich weiterentwickelt.