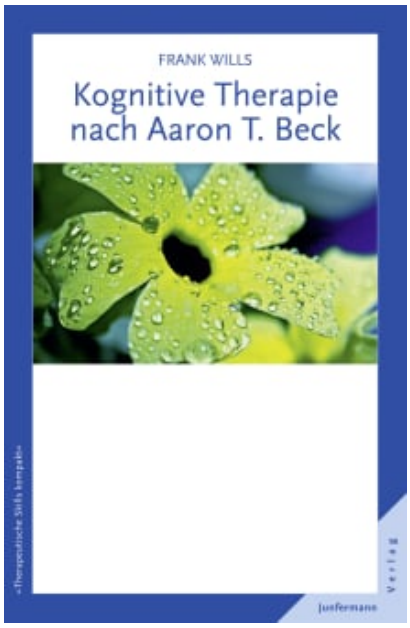

Erschienen am 31.03.2014
176 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-87387-988-1

Frank Wills

Kognitive Therapie nach Aaron T. Beck

Therapeutische Skills kompakt

Einführung in die kognitive Therapie nach Aaron T. Beck

Neben Albert Ellis zählt vor allem Aaron T. Beck zu den Begründern der kognitiven Therapien. Beck unterzog die Psychoanalyse bei der Behandlung von Depressionen einer kritischen Überprüfung und kam zu dem Schluss, dass sie zu langwierig sei und keine nennenswerten Verbesserungen erziele. Eine kognitive Therapie der Depression sollte Abhilfe schaffen und in den Vordergrund rücken, wie Patienten ihre Wahrnehmung aktiv gestalten.
Die Prinzipien der kognitiven Therapie nach Beck sind inzwischen erfolgreich auf viele weitere psychische Störungen übertragen worden. Frank Wills erläutert in diesem Buch ihre Entstehung und typischen Merkmale sowie Unterscheidungsmerkmale, die sie von anderen psychologischen Ansätzen abgrenzt.
Dieses Buch ist ein weiterer Band aus der Reihe „Therapeutische Skills kompakt“, in der Theorie und Praxis einzelner Therapieformen fundiert und kurzweilig vorgestellt werden.

Autorenprofil

Frank Wills

Frank Wills, selbstständiger Kognitiver Psychotherapeut, Supervisor und Trainer in Bristol sowie Dozent an der University of Wales, Newport.