



Erschienen am 19.04.2018
Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-95571-833-6

Antje Abram

Imaginationen

Imagination beschreibt die Fähigkeit, Bilder im Geiste selbstständig zu entwickeln und mit möglichst vielen Sinneskanälen innerlich lebendig werden zu lassen. Dabei kann es sich um Bilder aus der Vergangenheit handeln, um Ziele oder Visionen für die Zukunft.

In diesem Buch erläutert die Autorin prägnant und übersichtlich die psychologischen und neurobiologischen Hintergründe, spezifische Anwendungsmöglichkeiten und das konkrete Vorgehen beim Einsatz von Imaginationen in verschiedenen Psychotherapieformen sowie im Alltag, in der Kommunikation und in den Bereichen Lernen, Entspannung und Heilung.

Anhand von theoretischen Ausführungen und den vorgestellten Imaginationsübungen erfährt der Leser außerdem,

- worauf der Therapeut oder Anleiter bei Imaginationen achten sollte,
- auf welche Weise die Vorstellungskraft des Klienten geschult wird
- welche Rolle der Körper und die Körpererhaltung beim Imaginieren spielen,
- wie Imagination mit Körperbewegungen kombiniert werden können.

Autorenprofil

Antje Abram

Antje Abram, Jahrgang 1968, Dipl. Sportlehrerin für Behindertensport und Rehabilitation, Gestalttherapeutin und Systemische Familientherapeutin. Mehrjährige Tätigkeit in einem Wohnhaus für geistig und teilweise psychisch behinderte Erwachsene. Selbstständige therapeutische Arbeit seit 1998.