



Erschienen am 15.11.2019
208 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0
ISBN: 978-3-95571-909-8

Rainer Sachse

Persönlichkeitsstile

Wie man sich selbst und anderen auf die Schliche kommt

Komplexe psychische Strukturen einfach und unterhaltsam erklärt

Jeder Mensch weist aufgrund seiner Biografie bestimmte Persönlichkeitseigenarten oder „Persönlichkeitsstile“ auf. Sie sind etwas völlig Normales und umfassen Ressourcen, persönliche Möglichkeiten und Kompetenzen, aber auch – je nach Kontext – Nachteile und Risiken. In starker Ausprägung stellen sie sogar „Störungen“ dar, weil die persönlichen Probleme überwiegen.

Dieses Buch

- stellt wissenschaftlich fundiert die in der Psychologie bekannten Persönlichkeitsstile und -Störungen vor,
- vermittelt ein Verständnis für die eigenen Persönlichkeitsmuster,
- hilft dabei, das eigene Handeln und Denken zu verändern, und
- ermöglicht es, Verhaltensweisen anderer Menschen einzuordnen und adäquat damit umzugehen.

Autorenprofil

Rainer Sachse

Rainer Sachse ist Psychologischer Psychotherapeut und Direktor des Instituts für Psychologische Psychotherapie in Bochum.

Pressestimmen

"Ich empfehle das Buch für Professionelle, die sich erstmals mit Persönlichkeitsstörungen bzw. Persönlichkeitsstilen befassen und/oder für Patienten/Klienten verständliche Erklärungen parat haben möchten. Vor allem lege ich jedoch Betroffenen und Angehörigen das Buch ans Herz, um bessere Einblicke in konfliktbehaftete Situationen zu erhalten. Und selbstverständlich rate ich auch allen zur Lektüre, die sich generell für verschiedene Persönlichkeitsstile interessieren und wissen wollen, wie man mit bestimmten Stilen besser zurechtkommen kann." - Romy Henze, www.travelwithoutmoving.de