



Erschienen am 16.12.2020
288 Seiten,
Format: x
ISBN: 978-3-7495-0118-2

Julia Arnhold, Hannah Hoppe

Verhaltenssüchte erfolgreich behandeln

Ein schematherapeutisches Praxisbuch

Wenn Alltägliches zur Sucht wird

Die Behandlung von Menschen mit Verhaltenssüchten birgt spezifische Herausforderungen wie ambivalente Veränderungsmotivation, fragliche oder schwankende Kooperation und die Frage danach, wie sich Abstinenz oder kontrollierter Umgang mit einer Aktivität mit dem Alltag vereinbaren lassen. Darüber hinaus scheint es aufgrund der Rückfallneigung und der teils gravierenden Begleiterscheinungen notwendig, nicht nur die Symptome zu behandeln, sondern auch zugrunde liegende Probleme aufzulösen.

In diesem Buch wird ein neuer schematherapeutischer Behandlungsansatz vorgestellt. Die Behandelnden bekommen Strategien an die Hand, um

- das Problem mit Betroffenen zusammen konkret zu definieren,
- die Veränderungsmotivation zu steigern und Ambivalenzen abzubauen,
- individuelle Entstehungshintergründe im Sinne kindlicher Bedürfnisfrustration und deren Bewältigung zu ergründen sowie
- neue hilfreichere Handlungsweisen aufzubauen und zu verfestigen.

Das Fachbuch zum Ratgeber „Ausstieg aus Verhaltenssüchten: Wie Schematherapie helfen kann“ – für eine erfolgreiche Überwindung der Sucht.

Autorenprofil

Hannah Hoppe

Hannah Hoppe ist Verhaltens- und Schematherapeutin in eigener Praxis in Köln und Leiterin des Schematherapie-Instituts Rhein-Ruhr sowie einer Lehrpraxis für Verhaltenstherapie in Köln.

Julia Arnhold

Dr. Julia Arnhold ist Verhaltens- und Schematherapeutin in eigener Praxis in Berlin.

Pressestimmen