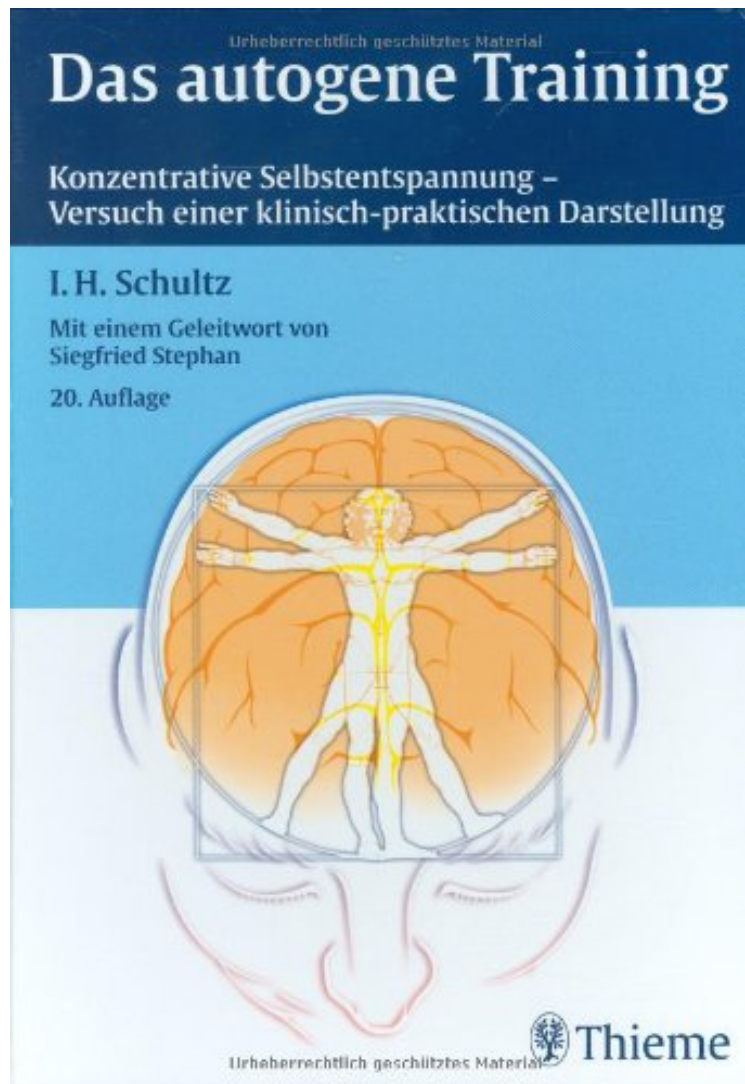


(Read download) Das autogene Training: Konzentrative Selbstentspannung - Versuch einer klinisch-praktischen Darstellung

Das autogene Training: Konzentrative Selbstentspannung - Versuch einer klinisch-praktischen Darstellung

Von I H Schultz

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #1304816 in BcherVerffentlicht am: 2003-01-29Anzahl der Produkte: 1Abmessungen: 9.65 x .87b x 6.97l, Einband: Gebundene Ausgabe410 Seiten | File size: 74.Mb

Von I H Schultz : Das autogene Training: Konzentrative Selbstentspannung - Versuch einer klinisch-praktischen Darstellung before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das autogene Training: Konzentrative Selbstentspannung - Versuch einer klinisch-praktischen Darstellung:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen10 von 10 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Die Bibel fr alle ATlerVon Ronnald WinterWenn man sich tiefer mit AT beschftigen mchte, kommt man an diesem

Standardwerk des Begründers nicht vorbei. Man sollte allerdings der wissenschaftlichen Sprache mächtig sein und querlesen können, sonst kann man schnell den Spass am Buch verlieren. Besonders interessant für die, die sich für die vielen Sonderfälle interessieren, die hauptsächlich im medizinischen Bereich vorkommen. Für die nichtmedizinischen Anwender, kann es interessant sein, was alles passieren kann. Interessant auch die Geschichte und Entwicklung des ATs, warum z.B. die Stirnklebung keine Stirnwärmebehandlung ist.

Kurzbeschreibung "Ich bin ganz ruhig." "Der rechte Arm ist ganz schwer." Diese Stütze kennt jeder, der schon einmal mit autogenem Training zu tun hatte. In dieser 20. Auflage lesen Sie die Originalanleitungen des Begründers I. H. Schultz. Der 1970 verstorbene Nervenarzt hat eine Methode der konzentrativen Selbstentspannung entwickelt, die weltweit erfolgreich angewendet wird und auch heute nichts an ihrer Aktualität eingebüßt hat. Im Gegenteil - in unserer schnelllebigen Zeit ist diese Entspannungsmethode, die bei einer Vielzahl somatischer und psychischer Störungen unterstützend eingesetzt werden kann, wertvoller denn je. Ärzte und Therapeuten finden in diesem Buch die ausführliche Methodenbeschreibung mit zahlreichen Fallbeispielen, Kontrollversuche und theoretische Erörterungen, die Darstellung verwandter Verfahren wie Hypnose, Suggestion, Yoga, progressive Muskelentspannung nach Jacobson sowie Überlegungen zur speziellen Anwendung in Psychotherapie und Nervenheilkunde.