



## **Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien

*Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt*

**Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien** Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt

 [Download Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Subs ...pdf](#)

 [Online lesen Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Su ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt**

---

206 Seiten

Pressestimmen

»Dieses Behandlungsmanual verbindet auf innovative Art Elemente der Achtsamkeitsbasierten Therapie mit Elementen der Kognitiven Therapie und der Verhaltenstherapie. Therapeuten erhalten alle wichtigen Informationen und Arbeitsmaterialien, um diesen Ansatz in der Rückfallprävention bei Alkoholkranken anzuwenden.« Konturen

»Diese Behandlungsmanual verbindet auf innovative Art Elemente der achtsamkeitsbasierten Therapie mit Elementen der kognitiven Therapie und der Verhaltenstherapie. Therapeuten erhalten alle wichtigen Informationen und Arbeitsmaterialien, um diesen Ansatz in der Rückfallprävention bei Alkoholkranken anzuwenden.« Sichere Arbeit Kurzbeschreibung

Dieses Behandlungsmanual verbindet auf innovative Art Elemente der Achtsamkeitsbasierten Therapie mit Elementen der Kognitiven Therapie und der Verhaltenstherapie. Therapeuten erhalten alle wichtigen Informationen und Arbeitsmaterialien, um diesen Ansatz in der Rückfallprävention bei Alkoholkranken anzuwenden.

In acht Sitzungen lernen die Betroffenen, sich ihre inneren Erfahrungen bewusst zu machen. Es wird eingeübt, wie man sich aus den Verhaltensmustern, die zu Rückfällen führen, löst und die täglichen Anforderungen beim Wiedereinstieg »ins normale Leben« bewältigt.

Konkrete Anweisungen und mehr als 20 Arbeitsblätter erleichtern die Arbeit mit diesem Manual. Alle Arbeitsmaterialien werden auch online zur Verfügung gestellt.

Die Themen der Sitzungen:

- Autopilot und Rückfall
- Achtsame Wahrnehmung von Auslösern und Suchtmittelverlangen
- Achtsamkeit im Alltag
- Achtsamkeit in Rückfallrisikosituationen
- Akzeptanz und bewusstes Verhalten
- Ein Gedanke ist ein Gedanke ist ein Gedanke
- Selbstfürsorge und ausgewogener Lebensstil
- Soziale Unterstützung und weiteres Üben Über den Autor und weitere Mitwirkende

Prof. Dr. Johannes Lindenmeyer, Dipl.-Psych., ist Direktor der salus klinik Lindow, einer Fachklinik für Psychosomatik und Sucht.

Download and Read Online Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt #7RKI94H8N2S

Lesen Sie Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt für online ebook  
Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen  
Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt Bücher online zu lesen.  
Online Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt ebook PDF herunterladen  
Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt Doc  
Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt Mobipocket  
Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit: Das MBRP-Programm. Mit Online-Materialien von Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt EPub