

(Read free ebook) Gestalttherapie. Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst

Gestalttherapie. Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst

Von Frederick S Perls, Ralph F Hefferline, Paul Goodman

**Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks*



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #187008 in BcherMarke: Klett-CottaVerffentlicht am: 2016-11-28Abmessungen: 8.54 x 1.14b x 5.47l, Einband: Taschenbuch303 Seiten | File size: 78.Mb

Von Frederick S Perls, Ralph F Hefferline, Paul Goodman : Gestalttherapie. Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Gestalttherapie. Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen7 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. meditative PsychologieVon A. Max KnigDieses Buch habe ich seit Jahren immer wieder in die Hand genommen und

immer wieder neue "Aha-Erlebnisse" gehabt. Es besteht aus ganz praktischen Übungen, nicht unähnlich den Achtsamkeits und "mindfulness"-Meditationsübungen oder dem "body-scan" nach Jon Kabat-Zinn (wobei dieses Buch viel früher geschrieben wurde), mit denen man ganz konkret und praktisch an die Begriffe der Gestalttherapie herangeführt wird. Vor allem aber ist es damit nicht nur ein theoretisches Buch, wenn man die Übungen praktisch nachvollzieht wird man auch viel über sich selbst lernen und erkennen. Die Grundidee, sicher etwas vereinfacht beschrieben, besteht darin dass manche Aspekte der Wirklichkeit uns nicht bewusst sind aus vielerlei Gründen, dass mit Achtsamkeit und Bewusstheit die übersehenen Zusammenhänge und die einzelnen Beobachtungen plötzlich Gestalt annehmen und uns tieferen Einsichten bewusst werden. Perls betont auch, wie viele seelische Zusammenhänge sich im Körper niederschlagen, und wie ein Bewusstwerden körperlicher Verspannungen, Schmerzen, Verhaltensweisen plötzlich Einsichten über seelische Zusammenhänge offenbart. Die deutsche Version ist im Kontrast zum englischen Original in zwei Teilen erschienen, dies ist der praktische Teil, der aber unabhängig und eigenständig gelesen werden kann. 19 von 20 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Nun deutlich besser. Von Ulrich Mueller die Rezension aus dem Jahre 2001 ist in soweit richtig, dass es sich damals um eine schlechte, holperige und verflüchtende Übersetzung des Standardwerkes der Gestalttherapie gehandelt hat. Den Neübersetzern ist es nun aber gelungen die Inhalte verständlich, flüssig und präzise darzustellen, so dass man nicht mehr gezwungen ist, sich auch das amerikanische Original zu besorgen. Mein Kompliment. Doch Vorsicht: potenzielle Käufer seien gewarnt. Es handelt sich nicht um ein Selbsthilfebuch und auch nicht um eine leicht verdauliche Einführung in die Thematik. Es ist ein Werk, dass sich auch der erfahrene immer wieder (und möglichst im Austausch mit anderen) erarbeiten muss. 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Leben und Freiheit ist nicht was Du denkst. Von Martin Stolten Ein sehr hilfreiches Buch. Empfehlenswert für jeden, der einen ersten Einblick bekommen möchte. Sehr gut, es vermittelt einen ersten Eindruck, was Arbeit an sich selbst konkret voraussetzt: die Einsicht, dass man sich auf ein schwieriges, mit Widerständen behaftetes Experiment einlässt, dessen Ausgang ungewiss bleibt ...und, warum das auch gut so ist.

Produktbeschreibung Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst
Broschiertes Buch Die Autoren legen mit diesem Band die Experimente zur praktischen Anwendung der Gestalttherapie vor: Ein systematischer Kursus, um die eigene Wahrnehmungsfähigkeit zu schärfen, neurotisch besetzte Integrationsschwierigkeiten zu überwinden und so die ganzheitliche Gestalt des Selbst zu gewinnen. "Reifung ist ein fortwährender Prozess des Sichsichs von den Stützen der Umwelt, wobei Selbstständigkeit entwickelt wird, was bedeutet, dass Abhängigkeiten immer geringer werden." Um diesen fortwährenden Prozess des Gestaltgewinns des Ganzheitlichen geht es in diesem Band. Der Leser wird aufgefordert zum Mitmachen von Experimenten, was ihm das "Gewahrwerden" ermöglicht. Hierbei wird er nach und nach in die Grundbegriffe der Gestalttheorie wie offene und geschlossene Gestalt, Figur- Hintergrund, Organismus-Umwelt-Feld, Widerstände, Verstrickung und Kontakt eingeführt. Das Buch enthält 18 praktische Experimente in zwei Teilen: die erste Hälfte fordert auf zur "Expedition in die eigene Intimsphäre", die zweite wendet sich dem Experimentieren zu. Der Doppelband: Das englischsprachige Originalwerk ist in einem Band erschienen. Die deutsche Ausgabe besteht aus dem vorliegenden Praxisband und dem 2006 bei Klett-Cotta in neuer Übersetzung erschienenen Band "Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung", (siehe unten), der die theoretische Fundierung der Gestalttherapie darstellt. Beide Bände können unabhängig voneinander gelesen werden. "Reifung ist ein fortwährender Prozess des Sichsichs von den Stützen der Umwelt, wobei Selbstständigkeit entwickelt wird, was bedeutet, dass Abhängigkeiten immer geringer werden." Um diesen fortwährenden Prozess des Gestaltgewinns des Ganzheitlichen geht es in diesem Band. Der Leser wird aufgefordert zum Mitmachen von Experimenten, was ihm das "Gewahrwerden" ermöglicht. Hierbei wird er nach und nach in die Grundbegriffe der...

Werbetext Der Praxisband des Klassikers in neuer Übersetzung
Kurzbeschreibung Reifung ist ein fortwährender Prozess des Sichsichs von den Stützen der Umwelt, wobei Selbstständigkeit entwickelt wird, was bedeutet, dass Abhängigkeiten immer geringer werden. Um diesen fortwährenden Prozess des Gestaltgewinns des Ganzheitlichen geht es in diesem Band. Der Leser wird aufgefordert zum Mitmachen von Experimenten, was ihm das Gewahrwerden ermöglicht. Hierbei wird er nach und nach in die Grundbegriffe der Gestalttheorie wie offene und geschlossene Gestalt, Figur- Hintergrund, Organismus-Umwelt-Feld, Widerstände, Verstrickung und Kontakt eingeführt. Das Buch enthält 18 praktische Experimente in zwei Teilen: die erste Hälfte fordert auf zur Expedition in die eigene Intimsphäre, die zweite wendet sich dem Experimentieren zu. Der Doppelband: Das englischsprachige Originalwerk ist in einem Band erschienen. Die deutsche Ausgabe besteht aus dem vorliegenden Praxisband und dem 2006 bei Klett-Cotta in neuer Übersetzung erschienenen Band Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung, (siehe unten), der die theoretische Fundierung der Gestalttherapie darstellt. Beide Bände können unabhängig voneinander gelesen werden.
Klappentext Reifung ist ein fortwährender Prozess des Sichsichs von den Stützen der Umwelt, wobei Selbstständigkeit entwickelt wird, was bedeutet, dass Abhängigkeiten immer geringer werden. Um diesen fortwährenden Prozess des Gestaltgewinns des Ganzheitlichen geht es in diesem Band. Der Leser wird aufgefordert zum Mitmachen von Experimenten, was ihm das Gewahrwerden ermöglicht. Hierbei wird er nach und nach in die Grundbegriffe der Gestalttheorie wie offene und geschlossene Gestalt, Figur- Hintergrund, Organismus-Umwelt-Feld,

Widerstände, Verstrickung und Kontakt eingeführt. Das Buch enthält 18 praktische Experimente in zwei Teilen: die erste Hälfte fordert auf zur Expedition in die eigene Intimsphäre, die zweite wendet sich dem Experimentieren zu. Der Doppelband: Das englischsprachige Originalwerk ist in einem Band erschienen. Die deutsche Ausgabe besteht aus dem vorliegenden Praxisband und dem 2006 bei Klett-Cotta in neuer Übersetzung erschienenen Band Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung, (siehe unten), der die theoretische Fundierung der Gestalttherapie darstellt. Beide Bände können unabhängig voneinander gelesen werden.