



1. Aufl. 2012, 2012, X, 200 S. 15 Abb. in Farbe. Mit CD-ROM.

 **Druckausgabe**

Brosch.

Ladenpreis

► ***ca. 39,95 € (D) | ca. 41,07 € (A) | ca. CHF 50.00**

A. Greiner, Rodewisch; S. Langer, Technische Universität Chemnitz; A. Schütz, Otto-Friedrich-Universität Bamberg

Stressbewältigungstraining für Erwachsene mit ADHS

- **Modulares Trainingsmanual direkt einsetzbar für die Praxis**
- **Mit zahlreichen Materialien zum einfachen Download**
- **Anleitung und Hilfestellung für Therapeuten**

Potenziale erkennen – Ressourcen fördern – Belastungen reduzieren
Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) bei Erwachsenen führt unbehandelt oftmals zu Einschränkungen in verschiedenen Lebensbereichen. Daher leiden die Betroffenen häufig unter starkem Stress, der teilweise durch die Symptomatik mit verursacht oder verstärkt wird.

Vielfach verfügen die Betroffenen allerdings nur über unzureichende oder inadäquate Bewältigungsstrategien – eine Beobachtung, die die Entwicklung dieses Programms angestoßen hat. Im Training wird das Erkennen individueller Stresssignale und Belastungsfaktoren geübt und das Entdecken eigener Ressourcen und Stärken unterstützt. Neben Strategien zur Vermeidung von Stress werden Wege zur Verbesserung des Umgangs mit Belastungen sowie Regenerationsmöglichkeiten aufgezeigt.

Das vorliegende Manual ist als eigenständiges Gruppenprogramm konzipiert. Darüber hinaus können die einzelnen Übungen in bestehende therapeutische Interventionen sowie in Einzelsettings integriert werden.

Ein besonderes Plus sind die Arbeitsmaterialien, die wir Ihnen auf der beigefügten CD zur Verfügung stellen.



Erhältlich bei Ihrem Buchhändler oder – Springer Customer Service Center GmbH, Haberstrasse 7, 69126 Heidelberg, Germany ► Call: + 49 (0) 6221-345-4301 ► Fax: +49 (0)6221-345-4229 ► For outside the Americas call +49 (0) 6221-345-4301 ► Web: springer.com

€ (D) sind gebundene Ladenpreise in Deutschland und enthalten 7% MwSt; € (A) sind gebundene Ladenpreise in Österreich und enthalten 10% MwSt. Die mit * gekennzeichneten Preise für Bücher und die mit ** gekennzeichneten Preise für elektronische Produkte sind unverbindliche Preisempfehlungen und enthalten die landesübliche MwSt. Programm- und Preisänderungen (auch bei Irrtümern) vorbehalten. Es gelten unsere Allgemeinen Liefer- und Zahlungsbedingungen.

Springer-Verlag GmbH, Handelsregistersitz: Berlin-Charlottenburg, HR B 91022. Geschäftsführung: Haank, Mos, Hendriks