



Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch



Download



Online Lesen

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

Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch

Ulrike Petermann

Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch Ulrike Petermann

 [Download Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: ...pdf](#)

 [Online lesen Entspannungstechniken für Kinder und Jugendlich ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch Ulrike Petermann

152 Seiten

Pressestimmen

»Es ist einfach und klar formuliert, übersichtlich strukturiert und so das optimale Hilfsmittel für die Arbeit mit Jugendlichen. Denn erst durch richtige Entspannung können sich Jugendliche selbst wahrnehmen und lernen mit Druck und Stress umzugehen.« *Yoga Guide Kurzbeschreibung*

Immer mehr Kinder leiden unter Stress und Leistungsdruck, sie reagieren hyperaktiv, aggressiv oder verängstigt. Die in diesem Erfolgsbuch versammelten Übungen helfen, diese Auffälligkeiten zu vermindern oder ganz abzubauen.

Entspannungstechniken und Ruherituale sind besonders in der Arbeit mit auffälligen oder verhaltengestörten Kindern und Jugendlichen von großer Bedeutung. Ulrike Petermann erläutert die Anwendungsmöglichkeiten der verschiedenen Übungen und beschreibt ihre physischen und psychischen Wirkungen. Das Standardwerk für Therapeuten und Erzieher und auch für Eltern, die sich einen Überblick über die wichtigsten Entspannungstechniken verschaffen wollen. Über den Autor und weitere Mitwirkende Prof. Dr. Ulrike Petermann ist Lehrstuhlinhaberin für Klinische Psychologie und Direktorin der Psychologischen Kinderambulanz der Universität Bremen. Ihre Arbeitsschwerpunkte liegen im Bereich Verhaltensmodifikation, Kinderverhaltenstherapie und Klinische Kinderpsychologie.

Download and Read Online Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch Ulrike Petermann #Q25JWNVL3CB

Lesen Sie Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann für online ebookEntspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann 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 Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann Bücher online zu lesen. Online Entspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann ebook PDF herunterladenEntspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann DocEntspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann MobipocketEntspannungstechniken für Kinder und Jugendliche: Ein Praxisbuch von Ulrike Petermann EPub