Christine Behrens
Lebensphasen verstehen und gestalten
Ressourcenorientierte Impulse zur Neuorientierung

Reihe: Edition Sozial
2023, 144 Seiten
broschiert, € 21,00
ISBN 978-3-7799-7034-7
Auch als E-Book erhältlich

Leben bedeutet: Wachsen und Sich-Entwickeln. Dabei stellen uns Lebensübergänge vor Herausforderungen. Wer sich auf diese Übergänge einlässt, lebt im Augenblick und kann neue Lebensenergien freisetzen. In dem Buch ermutigt Christine Behrens dazu, eigene Lebensspannen zu erkennen, zu verstehen und bewusst zu gestalten – insbesondere die Phasen des jungen Erwachsenenalters, der Lebensmitte und des Alters. Sie analysiert Entwicklungspotenziale wohltuend optimistisch – gerade in pessimistischen Zeiten. Dabei integriert sie die Konzepte der Transaktionsanalyse mit anderen Formaten und Methoden. Dieses Buch ist der ideale Begleiter im professionellen Beratungskontext wie auch in der Selbstreflexion und Persönlichkeitsentwicklung.

www.juventa.de

BELTZ JUVENTA

Aus dem Inhalt:

Einleitende Bemerkungen
Eine kurze Geschichte der Lebensspannen; Erkennen und Gestalten der Lebensphasen jenseits des 27. Jahres; Lebensphasen als Wendepunkte; Der „Crazy Quilt" der Identität

Das Erwachsenenalter
Das frühe Erwachsenenalter (28 – 38 Jahre)
Kurzinfo: Daten und Fakten; Die Rushhour der Lebensentscheidungen; Beruf und Familie
Die Lebensmitte: Das mittlere Erwachsenenalter (39 – 64 Jahre)
Kurzinfo: Daten und Fakten; Sich wandeln und neu entdecken; Die Beziehung auf dem Prüfstand; Berufliche Neuorientierung: Von der Karriereambition zur Persönlichkeitsgestaltung; Ein neuer Blick auf die Eltern

Das Alter: Wann ist jemand alt?
Das junge Alter (65 – 80 Jahre)
Kurzinfo: Daten und Fakten; Flexibilität im Alter; Kontrolle im Alter; Gemischte Gefühle
Das hohe Alter (80+ Jahre)
Kurzinfo: Daten und Fakten; Spannungen und Konflikte; Trauerarbeit im hohen Alter; Der Tod als Übergang; Bezogene Autonomie am Lebensende; Lebenslanges Lernen bis zum Schluss
Modelle und Konzepte
Das epigenetische Entwicklungsmodell von Erik H. Erikson; Die Zyklen der Entwicklungen nach Pamela Levin; Die Ich-Entwicklungsstufen nach Jane Loevinger; Das Stufenmodell der moralischen Entwicklung nach Lawrence Kohlberg; Die Transaktionsanalyse nach Eric Berne

Bestellcoupon

Ich/wir bestellen von Beltz Juventa

___ Expl. Christine Behrens
Lebensphasen verstehen und gestalten
€ 21,00; ISBN 978-3-7799-7034-7

☐ Bitte senden Sie mir regelmäßig Informationen über neue Beltz Juventa-Bücher per E-Mail

Meine Anschrift:

. . . . . .

. . . . . .

E-Mail: . . . . . .

✗ . . . . . .

Datum/Unterschrift

Die Autorin:

Christine Behrens ist Theologin, Transaktionsanalytikerin, Supervisorin und Coach. Seit 1995 begleitet sie Menschen an zentralen Lebensübergängen: Partnerschaft, Familie, Beruf, Neuorientierung, Sinnstiftung, Alter und Tod. In zahlreichen Veröffentlichungen bietet sie Unterstützung für schöpferische Lebens- und Berufsgestaltung.

Bitte richten Sie Ihre Bestellung an
Beltz Medienservice
Postfach 100565
69445 Weinheim
Tel. +49 (0)6201/6007-330
E-Mail: medienservice@beltz.de
Internet: www.juventa.de

Irrtum und Preisänderungen vorbehalten