

Diskrete Emotionsregulation - Yvonne Kippcke

[DOWNLOAD HERE](#)

'Wir streben mehr danach, Schmerz zu vermeiden als Freude zu gewinnen.' (Sigmund Freud) Stimmt es, dass Menschen grundsätzlich dahin tendieren negative Emotionen abzuschwächen und positive Emotionen zu verstärken? Und was genau beinhalten eigentlich die Oberbegriffe Schmerz oder Freude und welche Bedeutung haben sie für ein Individuum? Jede Emotion, jeder Schmerz und jede Freude, werden von Person zu Person sehr unterschiedlich empfunden und ihre Facetten können noch wesentlich differenzierter wahrgenommen werden (Dougherty Abe Izard, 1996; Ulrich Mayring, 2003). So sind sich viele Menschen, wenn sie die generelle Emotion Schmerz empfinden, oftmals auch bewusst um welche Art von Schmerz es sich handelt und was dieses Gefühl ausgedrückt hat. Diese differenzierte Kenntnis von Emotionen hat einen hohen Informationsgehalt für eine Person und kann als Entscheidungshilfe bezüglich bewusster Handlungen dienen. (Feldman Barrett Gross Christensen Benvenuto, 2001; Wrانik Feldman Barrett Salovey, 2007) Auch die Annahme, dass Personen leidvolle Situationen grundsätzlich vermeiden oder möglichst beseitigen wollen, ist nicht allgemeingültig (Tamir Mitchell Gross, 2008). Stattdessen existieren für jede Emotion unterschiedlich effektive Strategien für ihre Modifikation, die entweder mit den besonderen Eigenheiten eben dieser Emotion oder den konkreten Zielen einer Person zusammenhängen (Gross Richards John, 2006; Rivers Brackett Katulak Salovey, 2007). Ebenso relevant ist der Kontext einer emotionalen Erfahrung. Es macht einen Unterschied, ob ein und dieselbe Emotion im alltäglichen Leben oder am Arbeitsplatz erlebt wird (Gran-dey, 2000). Dieser Unterschied wird durch die kontextangepasste Anwendung spezifischer Emotionsregulationsstrategien operationalisiert (Diefendorff Richard Yang, 2008). Im Folgenden soll gezeigt werden, welche Vorteile in der Betrachtung einzelner spezifischer Emotionen liegen, wie es Individuen möglich ist, ihre Gefühle differenziert wahrzunehmen und welchen Einfluss diese beiden Aspekte auf die Art und Weise der Regulation von Emotionen haben - sowohl im Alltag, als auch im Berufsleben. Author: Kippcke, Yvonne Publisher: GRIN Verlag Illustration: N Language: GER Title: Diskrete Emotionsregulation Pages: 00022 (Encrypted PDF) On Sale: 2010-01-01 SKU-13/ISBN: 9783640758029 Category: Psychology : Applied Psychology

[DOWNLOAD HERE](#)

Similar manuals:

[The Trading Book: A Complete Solution To Mastering Technical Systems And Trading Psychology: A Complete Solution To Mastering Technical Systems And Tr - Anne-Marie Baiynd](#)

[The Handy Psychology Answer Book - Lisa J. Cohen](#)

[What Doesn't Kill Us: The New Psychology Of Posttraumatic Growth - Stephen Joseph](#)

[Top Business Psychology Models: 50 Transforming Ideas For Leaders, Consultants And Coaches - , Stefan Cantore](#)

[E-Study Guide For: Thinking About Psychology Mini Book : The Science Of Mind And Behavior By Charles Blair-Broeker, ISBN 9781429206877 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Biological Psychology: An Introduction To Behavioral, Cognitive, And Clinical Neuroscience By S. Marc Breedlove, ISBN 9780878933242 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Psychology : Themes And Variations, Briefer Edition By Wayne Weiten, ISBN 9780495813101 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Psychology: A Discovery Experience By Stephen Franzoi, ISBN 9780538447065 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Psychology By Robin M. Kowalski, ISBN 9780470646441 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Psychology By Douglas Bernstein, ISBN 9781111301552 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Introducing Psychology By Dan Schacter, ISBN 9781429261036 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Psychology In Modules By David G. Myers, ISBN 9781429263832 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Understanding Psychology By Charles G. Morris, ISBN 9780205684908 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[E-Study Guide For: Psychology In Action By Karen Huffman, ISBN 9780470379110 - Cram101 Textbook Reviews](#)

[The Interpersonal World Of The Infant: A View From Psychoanalysis And Developmental Psychology - Daniel N. Stern](#)

[The Sociocultural Turn In Psychology: The Contextual Emergence Of Mind And Self](#)

[Adolescent Counselling Psychology: Theory, Research And Practice](#)

[A Psychology For People Of God - E. Rae Harcum](#)

[A History Of Intelligence And 'Intellectual Disability': The Shaping Of Psychology In Early Modern Europe - C.F. Goodey](#)

[Abnormal Psychology 5e Barlow Durand Tb](#)

[Achilles Of Rationalist Psychology](#)

[Advanced Social Psychology](#)

[Attachment In Social Networks: Contributions To The Bowlby-Ainsworth Attachment Theory. Advances In Psychology, Volume 44.](#)

[Bridging East-West Psychology And Counselling](#)

[Cambridge Handbook Of Acculturation Psychology](#)

[Cambridge Handbook Of Computational Psychology](#)

[Cambridge Handbook Of Psychology And Economic Behaviour](#)

[Cambridge Handbook Of Psychology, Health And Medicine](#)

[Cambridge Handbook Of Sociocultural Psychology](#)

[Causal Learning. Psychology Of Learning And Motivation, The, Volume 34.](#)

[Clinical Psychology And Psychotherapy As A Science](#)

[Clinical Psychology For Trainees](#)

[Cognitive Processing In Bilinguals. Advances In Psychology, Volume 83.](#)

[Cognitive Psychology And Reading In The U.S.S.R. Annals Of Discrete Mathematics, Volume 49.](#)

[Cognitive Psychology Of Knowledge, The](#)

[Cognitive Representation Of Speech, The. Advances In Psychology, Volume 7.](#)

[Creativity, Psychology And The History Of Science](#)

[Decision Making Under Uncertainty: Cognitive Decision Research, Social Interaction, Development And Epistemology. Advances In Psychology, Volume 16.](#)

[Developmental Psychology And Social Change](#)

[Disappearance Of The Social In American Social Psychology](#)

[Discourse Processing. Advances In Psychology, Volume 8.](#)

[Everything Psychology Book](#)

[Evolutionary Psychology In The Business Sciences](#)

[Folk Psychology Re-Assessed](#)

[Foundations Of Chinese Psychology](#)

[Freud Evaluated: The Completed Arc. Advances In Psychology, Volume 75.](#)

[German Tradition Of Psychology In Literature And Thought, 1700-1840](#)

[Handbook Of Personality Psychology](#)

[Handbook On The Neuropsychology Of Aging And Dementia](#)

[Health Psychology](#)