



Diskrete Emotionsregulation (German Edition)

Yvonne Köpcke

Download now

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

Diskrete Emotionsregulation (German Edition)

Yvonne Köpcke

Diskrete Emotionsregulation (German Edition) Yvonne Köpcke

Studienarbeit aus dem Jahr 2009 im Fachbereich Psychologie - Sozialpsychologie, Note: 1,7, Universität zu Köln (Institut für Wirtschafts- und Sozialpsychologie), Veranstaltung: Hauptseminar „Arbeitszufriedenheit und Emotionsregulation“, Sprache: Deutsch, Abstract: „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; Ulich & 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 ausgelöst hat. Diese differenzierte Kenntnis von Emotionen hat einen hohen Informationsgehalt für eine Person und kann als Entscheidungshilfe bezüglich bewusster Handlungen dienen. (Felman Barrett & Gross & Christensen & Benvenuto, 2001; Wranik & Feldman Barrett & Salovey, 2007)

Auch die Annahme, dass Personen leidvolle Situationen grundsätzlich vermeiden oder mäßigen 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.



[Download Diskrete Emotionsregulation \(German Edition\) ...pdf](#)



[Read Online Diskrete Emotionsregulation \(German Edition\) ...pdf](#)

Download and Read Free Online Diskrete Emotionsregulation (German Edition) Yvonne Köpcke

From reader reviews:

Joseph Wilson:

Do you have favorite book? Should you have, what is your favorite's book? Book is very important thing for us to learn everything in the world. Each reserve has different aim or perhaps goal; it means that guide has different type. Some people really feel enjoy to spend their time and energy to read a book. These are reading whatever they acquire because their hobby will be reading a book. What about the person who don't like examining a book? Sometime, individual feel need book after they found difficult problem or exercise. Well, probably you should have this Diskrete Emotionsregulation (German Edition).

James Walton:

Often the book Diskrete Emotionsregulation (German Edition) will bring that you the new experience of reading a new book. The author style to spell out the idea is very unique. In the event you try to find new book to see, this book very appropriate to you. The book Diskrete Emotionsregulation (German Edition) is much recommended to you to read. You can also get the e-book from your official web site, so you can easier to read the book.

Leslie Bennett:

The e-book untitled Diskrete Emotionsregulation (German Edition) is the e-book that recommended to you to study. You can see the quality of the book content that will be shown to you actually. The language that writer use to explained their ideas are easily to understand. The article author was did a lot of investigation when write the book, and so the information that they share to you is absolutely accurate. You also could get the e-book of Diskrete Emotionsregulation (German Edition) from the publisher to make you much more enjoy free time.

Sara Matthews:

This Diskrete Emotionsregulation (German Edition) is great e-book for you because the content that is certainly full of information for you who also always deal with world and have to make decision every minute. That book reveal it info accurately using great manage word or we can declare no rambling sentences inside it. So if you are read it hurriedly you can have whole information in it. Doesn't mean it only provides you with straight forward sentences but tricky core information with attractive delivering sentences. Having Diskrete Emotionsregulation (German Edition) in your hand like finding the world in your arm, facts in it is not ridiculous just one. We can say that no guide that offer you world in ten or fifteen moment right but this book already do that. So , this really is good reading book. Hey Mr. and Mrs. active do you still doubt this?

Download and Read Online Diskrete Emotionsregulation (German Edition) Yvonne Köpcke #QBPCDMNESRU

Read Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke for online ebook

Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke books to read online.

Online Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke ebook PDF download

Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke Doc

Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke Mobipocket

Diskrete Emotionsregulation (German Edition) by Yvonne Köpcke EPub