



Der Selbst-Entwickler Kognitiver Verhaltenstherapeut

Jens Corssen ist Diplompsychologe, kognitiver Verhaltenstherapeut, psychologischer Berater und Autor. Als „Der Selbst-Entwickler“ hat er ein äußerst erfolgreiches Konzept zur mentalen Selbstführung geschaffen.

Geboren 1942 in Berlin studiert Jens Corssen Psychologie an der Universität München mit zusätzlicher verhaltenstherapeutischer Ausbildung und eröffnet 1971 die erste private Praxis für Verhaltenstherapie in Deutschland. Das Angebot von Corssens Praxis war die große Alternative zur klassischen Tiefenpsychologie und innerhalb kurzer Zeit wird er zu einem der maßgebenden praktizierenden Psychologen neuer Prägung. Parallel dazu arbeitet er als Kolumnist und hat regelmäßig eigene Radio- und Fernsehsendungen, darunter die bekannte Hörfunksendung „Das Jens Corssen Telefon“. Ab Mitte der 1990er Jahre verlegt Corssen den Schwerpunkt seiner Tätigkeit auf das Persönlichkeitstraining von Führungskräften und arbeitet als Referent und Keynote-Speaker bei Seminaren und Veranstaltungen. Seit 2011 hält er kostenfreie Vorträge an Schulen zum Thema Umgang mit Stress und Niederlagen.

Jens Corssen ist der Überzeugung, dass die bewusste Selbst-Entwicklung hin zur eigenen Einstellungs- und Verhaltensänderung zu respektvollen Beziehungen führt und zum Wohle unserer Gesellschaft beiträgt. Die Essenz aus seiner nun mehr als 40jährigen Tätigkeit als Konfliktberater und Begleiter für Veränderung von Lebenskontexten vermittelt er unter anderem in Vorträgen und Seminaren.

Themen (Auswahl):

- Der Selbst-Entwickler® – mit der Veränderung bei sich anfangen
- Mit Lebensfreude zu privatem und beruflichem Erfolg
- Die Kunst, sich zu inspirieren. Wie bringt man sich in gehobene Gestimmtheit?
- "Das innere Spiel" durch exzellente Selbst-Führung gewinnen
- Werte, Sinn und Inspiration
- Gedankenmanagement. Was kostet mich mein Denken?
- Vom wirksamen Umgang mit Misserfolgen und Niederlagen
- Die Selbst-Entwicklung: Voraussetzung für den erfolgreichem Umgang mit anderen

Veröffentlichungen (Auswahl):

- Lieben: Warum das größte aller Gefühle in Wahrheit eine Haltung ist, 2020
- Ich und die anderen: Mit dem Selbst-Entwickler zu gelingenden Beziehungen, 2014
- Der Selbst-Entwickler: das Corssen-Seminar, 2004
- Mut zum Glück, 1997
- Ab heute ändere ich mich: Problemlösung in Lebenskrisen, 1988