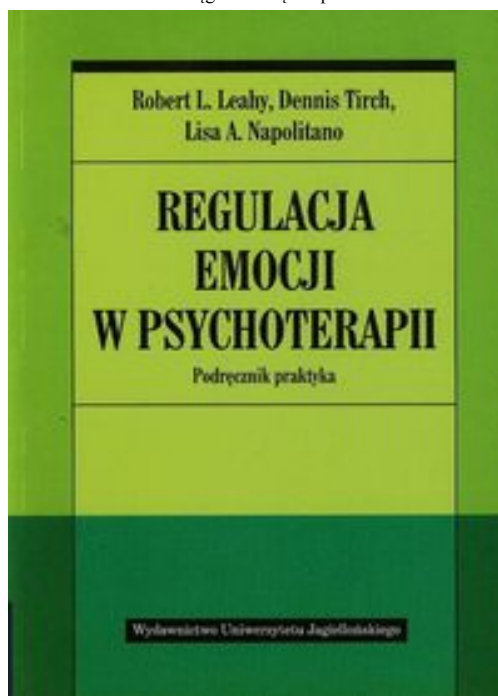


Regulacja emocji w psychoterapii

Ściąganie książek pdf



Leahy Robert L.

Regulacja emocji w psychoterapii Leahy Robert L. pobierz PDF Praktyczna i przystępna książka stanowiąca użyteczne narzędzie dla terapeutów, dzięki któremu będą mogli skuteczniej pomagać pacjentom w radzeniu sobie z unikami lub budzącymi lęk przeżyciami emocjonalnymi. Autorzy przedstawiają wiele metod interwencji, takich jak modyfikacja schematów, zarządzanie stresem, rozwijanie akceptacji, uważności i współczucia wobec siebie czy restrukturyzacja poznawcza, oraz podpowiadają, w jaki sposób wybrać te najlepsze. W książce znajdujemy pytania, które warto zadać pacjentom, konkretne przykłady interwencji, sugestie odnoszące się do pracy osobistej, dialogi ilustrujące poszczególne zagadnienia oraz wskazówki dotyczące rozwiązywania problemów.

Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.