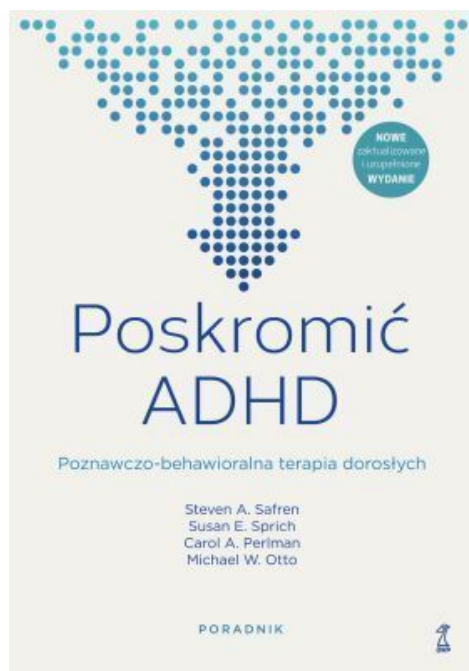


POSKROMIĆ ADHD. Poznawczo-behawioralna terapia. Poradnik pacjenta



Cena: 39,90 PLN

Opis słownikowy

Autor	Carol A. Perlman, Michael W. Otto, Steven A. Safren, Susan Sprich
ISBN	978-83-8258-152-2
Rok wydania	2024
Wydawca	Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne / GWP
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy)

Tabela cech produktu

Wydanie	2
Okładka	miękka
Format	165 x 235 mm
Liczba stron	144
Tytuł oryginału	Mastering Your Adult ADHD: A Cognitive-Behavioral Treatment Program Client Workbook
Przekład	Agnieszka Pałczyńska-Ćwiklińska
Redakcja merytoryczna	dr Monika Szaniawska, dr Artur Kołakowski

Opis produktu

dr Steven A. Safren – profesor psychologii na University of Miami. Pełni funkcję głównego badacza w pięcioletnim programie National Institute of Mental Health, którego celem była ocena skuteczności terapii poznawczo-behawioralnej w leczeniu ADHD u osób dorosłych. Ma na koncie

ponad 250 publikacji poświęconych temu podejściu terapeutycznemu i jego wykorzystaniu w przypadku różnorodnych problemów klinicznych.

dr Susan E. Sprich – dyrektorka programu terapii poznawczo-behawioralnej w Massachusetts General Hospital i podyplomowego programu z psychologii w tamtejszej Akademii Psychiatrii, adiunktka psychologii w Harvard Medical School. Pełniła funkcję dyrektorki projektu w pięcioletnim badaniu dotyczącym terapii poznawczo-behawioralnej dla dorosłych z ADHD i współopiekunki w trzyletnim badaniu poświęconym tejże terapii dla nastolatków z ADHD.

dr Carol A. Perlman – psychoterapeutka poznawczo-behawioralna specjalizująca się w terapii zaburzeń nastroju, zaburzeń lękowych i ADHD u dorosłych. Prowadzi warsztaty z zakresu terapii poznawczo-behawioralnej. Jest właścicielką Perlman Psychology Associates i prowadzi prywatną praktykę w Medway w stanie Massachusetts.

dr Michael W. Otto – profesor na Wydziale Nauk Psychologicznych i Nauk o Mózgu Boston University. Specjalizuje się w poznawczo-behawioralnej terapii zaburzeń lękowych, nastroju i związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Ma na koncie ponad 370 publikacji badawczych, co czyni go jednym z najpłodniejszych autorów klinicznej literatury empirycznej.

PATRONAT

Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczej i Behawioralnej
Akademia Różnorodności
Szkoła Psychoterapii Crescentia

SPIS TREŚCI

O autorach

O serii

Rozdział 1

Informacje na temat ADHD w dorosłości

Rozdział 2

Omówienie niniejszego programu terapeutycznego

Rozdział 3

Sesja z udziałem bliskiej osoby

Moduł 1

Organizacja i planowanie

Rozdział 4

Podstawowe strategie organizacji i planowania

Rozdział 5

Organizacja w przypadku wielu zadań

Rozdział 6

Rozwiązywanie problemów i radzenie sobie z przytłaczającymi zadaniami

Rozdział 7

Systemy porządkowania

Moduł 2

Radzenie sobie z zaburzeniami uwagi

Rozdział 8

Pomiar czasu koncentracji i opóźnianie momentu rozproszenia uwagi

Rozdział 9

Przystosowywanie otoczenia

Moduł 3

Myślenie adaptacyjne

Rozdział 10

Wprowadzenie do poznawczego modelu ADHD

Rozdział 11

Rozwijanie umiejętności adaptacyjnego myślenia

Rozdział 12

Myślenie adaptacyjne – ćwiczenia i powtórka

Moduł 4

Umiejętności dodatkowe

Rozdział 13

Radzenie sobie z prokrastynacją (sesja opcjonalna)
Rozdział 14

Radzenie sobie z nawrotem
Aneks

Formularze
Bibliografia