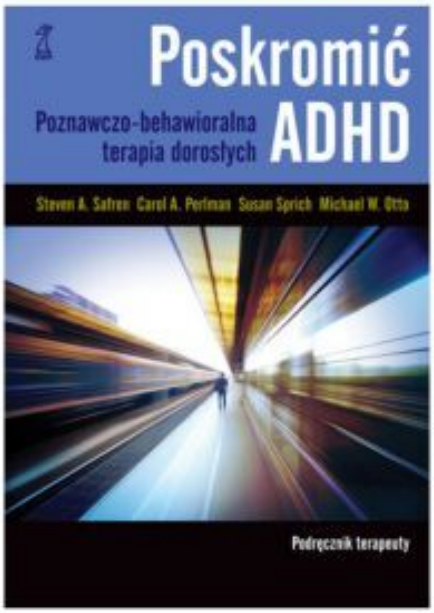
GWP.PL Sp z o.o.
Ul. Bema 4/1A, Sopot
726 926 000

# POSKROMIĆ ADHD. Poznawczo-behawioralna terapia dorosłych. Podręcznik terapeuty




Cena: 44,90 PLN

## Opis słownikowy

| | |
|---|---|
| Autor | Carol A. Perlman, Michael W. Otto, Steven A. Safren, Susan Sprich |
| ISBN | 978-83-7489-604-7 |
| Rok wydania | 2023 |
| Wydawca | Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne / GWP |
| Wysyłamy | Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy) |

## Tabela cech produktu

| | |
|---|---|
| Okładka | miękka |
| Format | 165 x 235 mm |
| Liczba stron | 168 |
| Tytuł oryginału | Mastering Your Adult ADHD: A Cognitive-Behavioral Treatment Program Therapist Guide |
| Przekład | Agnieszka Pałynyczko-Ćwiklińska |

## Opis produktu

Opisany program terapeutyczny obejmuje 12 sesji, z których każda dotyczy innego problemu utrudniającego dorosłym z ADHD funkcjonowanie. Ten przejrzysty układ pozwala terapeucie krok po kroku pracować z pacjentem nad eliminowaniem każdej trudności. Ostatnia sesja jest poświęcona utrwalaniu opanowanych umiejętności, aby zapobiec nawrotom objawów i utrzymać korzyści z terapii.

"Oto praca przełomowa – pierwsza oparta na badaniach empirycznych terapia psychologiczna nastawiona na leczenie ADHD u dorosłych. # książka napisana w sposób przejrzysty, zwięzły i przystępny pokazuje, jak krok po kroku wdrożyć program terapeutyczny w życie. Terapeuci oraz ich pacjenci z ADHD na pewno będą czerpać z niej korzyści".

Russell A. Barkley
profesor psychiatrii na Uniwersytecie Medycznym Południowej Karoliny

"Niniejsza publikacja adresowana jest do klinicystów mających doświadczenie w prowadzeniu terapii poznawczo-behawioralnej. Zainteresuje również adeptów wiedzy psychologicznej, którzy poszukują rzeczowych i najnowszych informacji na temat leczenia ADHD przedstawionych w przejrzysty sposób. W książce opisano pierwszy poparty badaniami i przetestowany program terapii ADHD u osób dorosłych".

Anna Latała
Psycholog i biolog, certyfikowany terapeuta biofeedback II stopnia

Patronat:
Psychiatria.pl
Psychologia w Polsce

SPIS TREŚCI

O serii
Wstępne informacje dla terapeutów
Moduł 1 Psychoedukacja, organizacja i planowanie
Sesja 1 Psychoedukacja i wprowadzenie do umiejętności organizacji i planowania
Sesja 2 Udział członka rodziny w terapii
Sesja 3 Zorganizowanie się w sytuacji wielu zadań
Sesja 4 Rozwiązywanie problemów i radzenie sobie z przytłaczającymi zadaniami
Sesja 5 Porządkowanie dokumentów
Moduł 2 Osłabianie skłonności do rozpraszania się
Sesja 6 Pomiar czasu koncentracji i opóźnianie momentu rozproszenia uwagi
Sesja 7 Przystosowanie otoczenia
Moduł 3 Myślenie adaptacyjne
Sesja 8 Wprowadzenie do poznawczego modelu ADHD
Sesja 9 Myślenie adaptacyjne
Sesja 10 Strategie myślenia adaptacyjnego - ćwiczenia i powtórzenie
Moduł 4 Dodatkowe umiejętności
Sesja 11 Zastosowanie nabytych umiejętności do radzenia sobie z prokrastynacją
Sesja 12 Zapobieganie nawrotom
Bibliografia