

# TRANSDIAGNOSTYCZNA TERAPIA POZNAWCZO-BEHAWIORALNA ZABURZEŃ EMOCJONALNYCH

## Ujednolicony protokół leczenia Poradnik



Cena: 55,90 PLN

### Opis słownikowy

Autor	Clair Cassiello-Robbins, David H. Barlow, Hannah T. Boettcher, Heather Murray Latin, Jacqueline R. Bullis, Kate H. Bentley, Kristen K. Ellard, Shannon Sauer-Zavala, Todd J. Farchione
ISBN	978-83-8258-134-8
Rok wydania	2023
Wydawca	Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne / GWP
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następnym dniu roboczym)

### Tabela cech produktu

Wydanie	1
Format	165 x 235 mm
Liczba stron	240
Tytuł oryginału	Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders. Workbook
Przekład	Agnieszka Pałynyczko-Ćwiklińska
Redakcja merytoryczna	dr n.med. Agnieszka Popiel

### Opis produktu

Prezentowany program terapeutyczny ma charakter ujednolicony, ponieważ obejmuje zintegrowany zestaw procedur terapeutycznych skutecznych w przypadku całej grupy zaburzeń. Jest to także program transdiagnostyczny, ponieważ stworzono go z myślą o efektywnej pracy nad wszystkimi zaburzeniami emocjonalnymi, jakie mogą współwystępować u jednej osoby.

**Dr David H. Barlow** – profesor emeritus psychologii i psychiatrii, założyciel ośrodka terapii lęku i pokrewnych zaburzeń Center for Anxiety and Related Disorders na Boston University. Jest redaktorem serii podręczników terapeuty i poradników pacjenta Treatments That Work, a także podręcznika The Oxford handbook of clinical psychology. Doktor Barlow opublikował przeszło 600 artykułów i rozdziałów w książkach, a także ponad 80 książek i podręczników klinicznych, głównie poświęconych charakterystyce i terapii zaburzeń emocjonalnych oraz metodologii badań klinicznych.

**Dr Shannon Sauer-Zavala** – adiunkt naukowy Department of Psychology Boston University, a także dyrektor Unified Protocol Training Institute. W swoich badaniach skupia się na identyfikacji czynników podtrzymujących objawy w szerokim spektrum zaburzeń psychicznych i wykorzystaniu tych informacji do optymalizacji terapii popularnych zaburzeń współistniejących. Doktor Sauer-Zavala opublikowała ponad 60 prac z tej dziedziny, a jej badania finansuje obecnie National Institute of Mental Health.

**Dr Todd J. Farchione** – profesor nadzwyczajny Department of Psychological and Brain Sciences # Disorders# nastroju i zaburzeń z nimi związanych. Opublikował ponad 60 artykułów i rozdziałów w książkach o tej tematyce.

**Dr Heather Murray-Latin** – adiunkt naukowy Department of Psychological and Brain Sciences Boston University.

**Dr Kristen K. Ellard** – wykłada psychologię w Harvard Medical School, pracuje też jako psycholog oraz prowadzi badania kliniczne na oddziale psychiatrycznym # i na oddziale terapii neurologicznej Massachusetts General Hospital.

**Dr Jacqueline R. Bullis** – wykładowca Department of Psychiatry Harvard Medical School, prowadzi też badania kliniczne na oddziale zaburzeń depresyjnych i lękowych McLean Hospital. Ukończyła studia doktoranckie z zakresu psychologii klinicznej na Boston University.

**Dr Kate H. Bentley** – pracownik naukowy i badawczy Massachusetts General Hospital i Harvard Medical School. Ukończyła studia doktoranckie z zakresu psychologii klinicznej na Boston University.

**Dr Hannah T. Boettcher** – doktorantka w VA Medical Center w Lexington # . Ukończyła studia doktoranckie z zakresu psychologii klinicznej na Boston University.

**Dr Clair Cassiello-Robbins** – ukończyła studia doktoranckie z zakresu psychologii klinicznej na Boston University.

#### PATRONAT

Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczej i Behawioralnej  
Zdrowa Głowa  
Uczę się ACT  
Fundacja Rozwoju Mindfulness

## SPIS TREŚCI

O autorach

O serii

Podziękowania

### **Rozdział 1**

Czym są zaburzenia emocjonalne?

### **Rozdział 2**

Informacje na temat tego programu terapeutycznego

### **Rozdział 3**

Uczenie się obserwowania swoich przeżyć

### **Rozdział 4**

Wyznaczenie celów i wzmocnienie motywacji

### **Rozdział 5**

Rozumienie emocji: czym jest emocja?

### **Rozdział 6**

Rozumienie emocji: model ARC

### **Rozdział 7**

Uważna świadomość emocji

### **Rozdział 8**

Elastyczność poznawcza

### **Rozdział 9**

Przeciwdziałanie zachowaniom emocjonalnym

### **Rozdział 10**

Rozpoznawanie doznań fizycznych i mierzenie się z nimi

### **Rozdział 11**

Zastosowanie teorii w praktyce: ekspozycja na emocje

### **Rozdział 12**

Rola leków w terapii zaburzeń emocjonalnych

### **Rozdział 13**

Dalsze postępy: docenienie osiągnięć i widoki na przyszłość

### **Aneks 1**

Sprawdź swoją wiedzę – prawidłowe odpowiedzi

### **Aneks 2**

Przykłady wypełnionych formularzy

### **Aneks 3**

Słowniczek najważniejszych pojęć