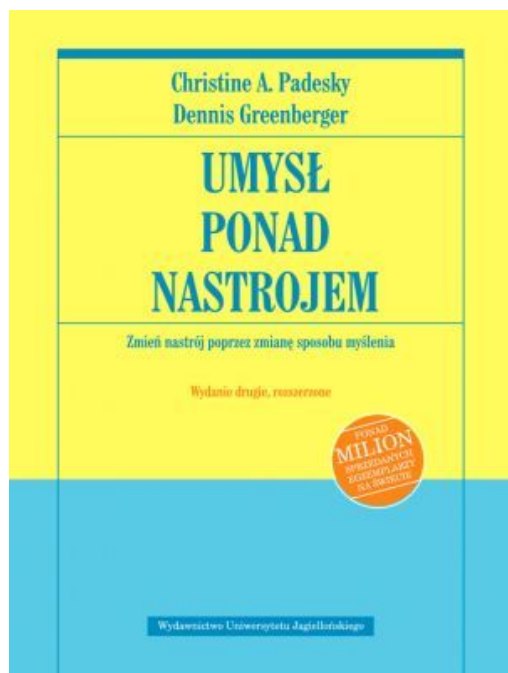


UMYSŁ PONAD NASTROJEM Zmień nastrój poprzez zmianę sposobu myślenia



Cena: 39,90 PLN

Opis słownikowy

Autor	Greemberger Dennis, Padesky Christine
ISBN	978-83-233-4212-0
Rok wydania	2017
Wydawca	Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy)

Tabela cech produktu

Wydanie	2 rozszerzone
Okładka	Miękka
Liczba stron	344
Format	A4 (21.0x28.0cm)

Opis produktu

Książka spełnia obietnicę daną w tytule. Z jej pomocą można naprawdę zmienić sposób myślenia i wprowadzić trwale zmiany w życiu". Judith S.Beck,PhD, Przewodnicząca Instytutu Terapii Poznawczo-Behawioralnej im. Aarona T. Becka

„Dennis Greenberger i Christine Padesky to błyskotliwi terapeuci. Drugie wydanie ich podręcznika zostało zaktualizowane na podstawie wyników najnowszych badań i innowacji w terapii (...). Po tę książkę powinien sięgnąć każdy, kto boryka się z trudnymi nastrojami i emocjami".

DavidH.Barlow, PhD, ABPP Współautor 10 Steps to Mastering Stress

Dr Dennis Greenberger - psycholog kliniczny oraz założyciel i kierownik Centrum Leczenia Depresji i Zaburzeń Lękowych w Newport Beach w Kalifornii. Był przewodniczącym i jest założycielem Akademii Terapii Poznawczej. Od ponad 30 lat pro-wadzi terapię poznawczo - behawioralną.

Christine A. Padesky - psycholożka kliniczna i współzałożycielka Centrum Terapii Poznawczej w Huntington Beach w Kalifornii. Jest współautorką pięciu książek i wykładowczynią o światowej renomie. Otrzymała Nagrodę im. Aarona T. Becka za znaczący i trwały wkład w dziedzinie terapii poznawczej.