

Δελτίο τύπου

Τίτλος:

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΓΝΩΣΤΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Υπότιτλος:

Ένας οδηγός για τον επαγγελματία

Συγγραφέας:

Robert L. Leahy

Επιμέλεια:

Γρηγόρης Σίμος

Κατηγορία:

Ψυχολογία / Ψυχιατρική

ISBN:

978-960-12-2638-5

Διάσταση:

17x24 εκ. (μαλακό εξώφυλλο)

Αριθμός σελίδων:

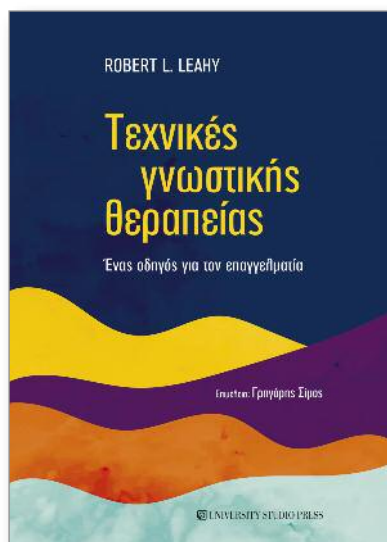
608

Έτος έκδοσης:

Οκτώβριος 2023

Τιμή με Φ.Π.Α.:

€ 45,00



Το βιβλίο, μοναδικό στο χώρο της γνωστικής συμπεριφορικής θεραπείας, περιλαμβάνει τεχνικές και εργαλεία όχι μόνο για το νέο αλλά και για τον έμπειρο θεραπευτή. Ο κορυφαίος στο είδος του, Robert L. Leahy περιγράφει τρόπους με τους οποίους οι θεραπευτές θα βοηθήσουν τους θεραπευόμενους να εντοπίσουν και να τροποποιήσουν τις προβληματικές σκέψεις τους, τις πυρηνικές πεποιθήσεις τους καθώς και τα πρότυπα της ανήσυχης σκέψης, της αυτοκριτικής, της αναζήτησης αποδοχής και του θυμού.

Μετά την εισαγωγή ακολουθούν 121 χρήσιμες τεχνικές και 123 απαραίτητα έντυπα έτοιμα για χρήση στην κλινική πράξη. Συγκεκριμένα, οι τεχνικές αναφέρονται στην εκμαίευση, την αξιολόγηση και τον έλεγχο των σκέψεων, όπως και των παραδοχών και των κανόνων, καθώς και στην εξέταση της επεξεργασίας της πληροφορίας και των λογικών λαθών. Στο δεύτερο μέρος, οι τεχνικές αφορούν στη λήψη αποφάσεων, την αξιολόγηση παρεισφορητικών σκέψεων που συναντάμε στην ψυχαναγκαστική-καταναγκαστική διαταραχή, τη διαταραχή γενικευμένου άγχους, τη διαταραχή μετατραυματικού στρες, τη διαταραχή κοινωνικού άγχους, τη διαταραχή πανικού, το άγχος υγείας, τη σωματο-δυσμορφική διαταραχή και την κατάθλιψη, καθώς και την τροποποίηση των ανήσυχων σκέψεων και του μηρυκασμού. Το κύριο μέρος του βιβλίου ολοκληρώνεται με τεχνικές που ασχολούνται με την αντίληψη των πραγμάτων μέσα από τη σωστή οπτική γωνία, τη διαχείριση των πυρηνικών σχημάτων και τις τεχνικές συναισθηματικής ρύθμισης. Τα τέσσερα τελευταία κεφάλαια είναι αφιερωμένα σε συγκεκριμένες εφαρμογές, όπως την εξέταση και «αμφισβήτηση» των γνωστικών διαστρεβλώσεων.

Κάθε τεχνική του βιβλίου δομείται από ένα σταθερό μοτίβο και περιλαμβάνει τα εξής: *Περιγραφή, Ερωτήσεις/Παρέμβαση, Παράδειγμα/Role-play, Εργασία για το σπίτι, Πιθανά προβλήματα, Αναφορά σε άλλες συναφείς τεχνικές*, καθώς και το αντίστοιχο Έντυπο για χρήση στη συνεδρία ή/και το σπίτι.

Ο **Robert L. Leahy** είναι ιδρυτής και διευθυντής του *American Institute of Cognitive Therapy* και καθηγητής ψυχολογίας στο Τμήμα Ψυχιατρικής του *Weill Cornell Medical College*. Πρόσφατα τιμήθηκε από την *Association for Behavioral and Cognitive Therapies* των ΗΠΑ με το Βραβείο του Εξάιρετου Κλινικού (*Outstanding Clinician Award*) για τα τριάντα μέχρι σήμερα γνωστικο-συμπεριφορικού προσανατολισμού και ιδιαίτερης κλινικής αξίας βιβλία του.