

Tags: Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord las online bok; Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord epub books download; Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord ladda ner pdf e-bok; Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord bok pdf svenska; Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord MOBI download; Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord e-bok apple

Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord PDF E-BOK

Anna Kåver



Författare: Anna Kåver
ISBN-10: 9789127135598
Språk: Svenska
Filstorlek: 4450 KB

BESKRIVNING

Social ångest är ett av de vanligaste ångestsyndromen, och kallades tidigare social fobi. Kärnan utgörs av en stark rädsla för att bli granskad och att göra bort sig med undvikande, oro och nedstämdhet som följd. Anna Kåver berättar initierat vad social ångest är, varför man drabbas och hur KBT-behandling går till, både individuellt och i grupp. Denna nya utgåva är uppdaterad med de nya diagnoskriterierna i DSM-5 och beskriver även hur imaginära tekniker kan hjälpa klienter med traumatiska sociala minnen. Hon diskuterar även hur temperament, personlighet och mer specifikt introversion påverkar oss i våra sociala liv. Social ångest är skriven för studerande och yrkesverksamma psykologer, psykoterapeuter, socionomer och läkaresamt för alla som själva lider av social ångest. På ett tydligt och respektfullt sätt presenterar Anna Kåver den mest framgångsrika modellen för social ångest (och hennes) KBT-kunskap och omfattande kliniska erfarenheter lyser hela tiden igenom. Ur förordet av Gerhard Andersson, professor i klinisk psykologi vid Linköpings Universitet. På www.nok.se/socialangest finns extramaterial.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Social fobi : att känna sig granskad och bortgjord av Anna Kåver ...

Pris: 349 kr. Inbunden, 2014. Finns i lager. Köp Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord av Anna Kåver på Bokus.com.

Läkarbok - FASS Allmänhet

Ladda ner Social_ångest_:_att_känna_sig_granska.pdf Läs online. Köp boken Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord av Anna Kåver personlighet och ...

Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord - Anna Kåver - Bok ...

Social ångest innebär att man är rädd för att hamna i situationer med andra människor där man riskerar att känna sig bortgjord eller granskad.

Social ångest : att känna sig granskad och bortgjord

LÄS MER