

1. Record Nr.	UNINA9910165059803321
Autore	Winston Sally M.
Titolo	Overcoming unwanted intrusive thoughts : a CBT-based guide to getting over frightening, obsessive, or disturbing thoughts // Winston, Sally M. Seif, Martin N
Pubbl/distr/stampa	Oakland, California : , : New Harbinger Publications, Inc., , 2017 ©2017
ISBN	1-62625-435-4
Descrizione fisica	1 online resource (194 pages)
Disciplina	616.8
Soggetti	Cognition disorders Intrusive thoughts Thought insertion Electronic books.
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references.