1. Record Nr. UNINA9910787320003321

Autore	Tompkins Michael A
Titolo	Anxiety and avoidance [[electronic resource]] : a universal treatment for anxiety, panic, and fear / / Michael A. Tompkins, PhD
Pubbl/distr/stampa	Oakland, CA, : New Harbinger Publications, Inc., 2013
ISBN	1-4619-3634-9 1-60882-670-8
Descrizione fisica	1 online resource (189 p.)
Disciplina	616.85/22
Soggetti	Anxiety - Treatment Panic disorders - Treatment Cognitive therapy
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Description based upon print version of record.
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references.
Nota di contenuto	""Contents""; ""Acknowledgments""; ""Introduction""; ""Chapter 1""; ""Anxiety, Avoidance, and Anxiety Disorders""; ""Chapter 2""; ""Watching and Learning""; ""Chapter 3""; ""Moving Forward""; ""Chapter 4""; ""Watching and Waiting""; ""Chapter 5""; ""Thinking Inside and Outside the Anxiety Box""; ""Chapter 6""; ""Stepping toward Discomfort""; ""Chapter 7""; ""Keeping Going""; ""Chapter 8""; ""Medications for Anxiety""; ""Chapter 9""; ""Healthy Habits""; ""Conclusion""; ""Resources""; ""References""
Sommario/riassunto	Do you suffer from panic, anxiety, and fear in your day-to-day life? Do you often avoid social situations, activities like driving, or even going to the store because of a fear of being overwhelmed or triggering a panic attack? You might be interested to know that anxiety disorders are the most common mental health disorders in the United States. In Anxiety and Avoidance, psychologist and anxiety disorder expert Michael Tompkins presents a universal protocol to help you cope with anxiety, panic, and fear, regardless of your particular mental health diagnosis. This universal protocol is based

2. Record Nr. UNINA9910754085403321

Autore	Knecht Alban <1968->
Titolo	Bürgergeld: Armut bekämpfen ohne Sozialhilfe : negative Ein-kom-men-steuer, Kombilohn, Bürgerarbeit und RMI als neue Wege / Alban Knecht ; mit einem Vorwort von Isidor Wallimann
Pubbl/distr/stampa	Bern, : Haupt Verlag, 2002 © 2002
ISBN	3258064873 9783258064871
Descrizione fisica	1 Online-Ressource (144 Seiten)
Disciplina	306.3 300 360
Soggetti	Armut Bekämpfung Sozialhilfe Garantiertes Mindesteinkommen Negative Einkommensteuer Lohnarbeit Soziales System Soziale Integration Soziale Sicherheit Sozialarbeit Sozialpolitik Sozialreform Hochschulschrift Deutschland
Lingua di pubblicazione	Tedesco
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Postprint ; begutachtet
Sommario/riassunto	Sinn und Zweck der Sozialhilfe sind politisch umstritten. Die einen wollen die Beitrage senken, um Missbrauch zu verhindern. Andere

fragen provokativ, ob Sozialhilfe eigentlich Armut beseitigen kann. Ausgehend vom aktuellen Stand der Armuts-for-schung in Deutschland und der Schweiz untersucht der Sozialpadagoge Alban Knecht an vielen Bei-spie-len die aktuellen Argu-men-ta-tionen in der Sozial-politik und verschiedene sozial-rechtliche Re-ge-lungen und entwickelt auf dieser Basis Burgergeld und Grund-einkommens-Modelle wie Kombilohn, nega-tive Ein-kommen-steuer oder RMI - als Alter-nativen zur Sozial-hilfe. Dabei unter-streicht er immer auch die Bedeutung der Sozialen Arbeit in der Armuts-be-kam-pfung und bei der sozio-kulturellen Integration.