

1. Record Nr.	UNINA9910794008603321
Autore	Benedict Edward
Titolo	Terapia cognitivo conductual : domine sus emociones, supere la ansiedad o pensamientos negativos y domine su cerebro / / Edward Benedict
Pubbl/distr/stampa	[Place of publication not identified] : , : Edward Benedict, , [2020] ©2020
ISBN	1-0715-5008-X
Descrizione fisica	1 online resource (45 pages)
Disciplina	158.1986
Soggetti	Client-centered psychotherapy Psychotherapy
Lingua di pubblicazione	Spagnolo
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di contenuto	Intro -- Titolo -- Derechos de Autor -- Terapia Cognitivo Conductual (Psicologia Aplicada) -- TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL -- EDWARD BENEDICT -- CAMBIA LA MANERA EN QUE PROCESAS LA INFORMACION PARA CAMBIAR TU VIDA -- ¿COMO CAMBIAR NUESTRA FORMA DE PENSAR PARA CAMBIAR NOSOTROS MISMOS? -- SALGA DE SI MISMO -- PROGRAME SUS NARRATIVAS CON AFIRMACIONES -- DOMINA TUS EXPECTATIVAS -- CONCLUSION.