

1. Record Nr.	UNINA9910807798803321
Autore	Clark David A. <1954->
Titolo	The anxious thoughts workbook [[electronic resource]] : skills to overcome the unwanted intrusive thoughts that drive anxiety, obsessions, and depression / / David A. Clark
Pubbl/distr/stampa	Oakland, California : , : New Harbinger Publications, Inc., , 2018 ©2018
ISBN	1-62625-843-0
Descrizione fisica	1 online resource (186 pages)
Disciplina	616.85/22
Soggetti	Intrusive thoughts Anxiety - Prevention Affective disorders
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references.