

1. Record Nr.	UNINA9910824443403321
Autore	Robichaud Melisa
Titolo	The worry workbook : CBT skills to overcome worry & anxiety by facing the fear of uncertainty // Melisa Robichaud, PhD, Kristin Buhr, PhD
Pubbl/distr/stampa	Oakland, California : , : New Harbinger Publications, Inc., , [2018] ©2018
ISBN	1-68403-007-2
Descrizione fisica	1 online resource (viii, 194 pages) : illustrations
Disciplina	616.891425
Soggetti	Cognitive therapy Anxiety disorders - Treatment
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references (pages 189-194).