

1. Record Nr.	UNICAMPANIASUN0051667
Titolo	Poema de mio Cid / edicion de Colin Smith
Pubbl/distr/stampa	Madrid : Catedra, c1991
Titolo uniforme	El Cid
Descrizione fisica	361 p. ; 18 cm.
Disciplina	861'.1
Lingua di pubblicazione	Spagnolo
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
2. Record Nr.	UNISA990000794670203316
Autore	LONGOBARDI, Roberto
Titolo	I porti marittimi nella Legge 28 gennaio 1994, n. 84 (aggiornata con la Legge 23 dicembre 1996, n. 647) / Roberto Longobardi
Pubbl/distr/stampa	Torino : G. Giappichelli, [1997]
ISBN	88-348-7044-1
Descrizione fisica	XX, 433 p. ; 23 cm
Collana	Legislazione/Oggi ; 6.
Disciplina	343.450967
Soggetti	Porti - Legislazione
Collocazione	XXX.A. Coll. 87/ 8 (COLL PRH 6)
Lingua di pubblicazione	Italiano
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Con il testo della Legge

3. Record Nr.	UNINA9910807450903321
Autore	Mazza Marisa T
Titolo	The ACT Workbook for OCD : Mindfulness, Acceptance, and Exposure Skills to Live Well with Obsessive-Compulsive Disorder
Pubbl/distr/stampa	Oakland : , : New Harbinger Publications, , 2020 ©2020
ISBN	1-68403-290-3
Edizione	[1st ed.]
Descrizione fisica	1 online resource (232 pages)
Altri autori (Persone)	CoyneLisa
Disciplina	616.8522699999999998
Soggetti	Obsessive-compulsive disorder--Treatment
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di contenuto	Intro -- Contents -- Foreword -- Introduction: Living Fully and Freely with OCD -- Chapter 1: What Is Obsessive-Compulsive Disorder? -- Chapter 2: Clarifying Your Values -- Chapter 3: Letting Go of Control -- Chapter 4: Acceptance -- Chapter 5: Mindfulness -- Chapter 6: Hooked on Thoughts -- Chapter 7: Unhooking from Your Thoughts and Making a Choice -- Chapter 8: Cultivating Self-Compassion -- Chapter 9: Getting to Know Your Core Fear -- Chapter 10: Setting the Intention to Live Boldly -- Chapter 11: Taking a Courageous Stance -- Chapter 12: Living a Values-Based Life -- Acknowledgments -- Appendix: Sample Exposure Exercises -- References.
Sommario/riassunto	The ACT Workbook for OCD combines evidence-based acceptance and commitment therapy (ACT) with exposure and response prevention (ERP) for the most up-to-date, effective treatment for obsessive-compulsive disorder (OCD). With this workbook, readers who struggle with OCD will learn to identify the underlying mechanisms of their disorder, move through triggering incidents while staying present and connected to their values, tolerate uncertainty, and commit to behaviors that ultimately allow them to lead full, rewarding lives.