

- |                         |  |
|-------------------------|--|
| 1. Record Nr.           | UNISALENTO991002060379707536   |
| Autore                  | Catti, Giovanni  |
| Titolo                  | Aspetti religiosi dell'educazione / Giovanni Catti   |
| Pubbl/distr/stampa      | Bologna : N. Milano, 1982  |
| Descrizione fisica      | 93 p. ; 19 cm.   |
| Collana                 | Guide alla sperimentazione didattica nella scuola dell'infanzia  |
| Disciplina              | 377  |
| Soggetti                | Fanciulli - Educazione religiosa   |
| Lingua di pubblicazione | Italiano   |
| Formato                 | Materiale a stampa   |
| Livello bibliografico   | Monografia   |
| 2. Record Nr.           | UNINA9910794460603321  |
| Autore                  | Knaus William J.   |
| Titolo                  | The cognitive behavioral workbook for anger : a step-by-step program for success // William J. Knaus                                     |
| Pubbl/distr/stampa      | Oakland, California : , : Impact Publisher, , [2021]<br>©2021  |
| ISBN                    | 1-68403-433-7<br>1-68403-434-5   |
| Descrizione fisica      | 1 online resource (216 pages)  |
| Disciplina              | 152.47   |
| Soggetti                | Cognitive therapy<br>Rational emotive behavior therapy   |
| Lingua di pubblicazione | Inglese  |
| Formato                 | Materiale a stampa   |
| Livello bibliografico   | Monografia   |
| Nota di bibliografia    | Includes bibliographical references.   |
| Nota di contenuto       | Intro -- Contents -- Acknowledgments -- Foreword -- Introduction --<br>Chapter 1: Anger Angles -- Chapter 2: Six Ways to Combat Anger -- |

Chapter 3: Pathways to Positive Change -- Chapter 4: Your Perspective Solution -- Chapter 5: Coping with Unfairness -- Chapter 6: Body-Mind Solutions -- Chapter 7: The Frustration-Tension Tolerance Solution -- Chapter 8: Problem-Solving Solutions -- Chapter 9: Assertive Solutions -- Chapter 10: How to Communicate Effectively with Impact -- Chapter 11: Mastery over Anger -- Chapter 12: Top Tips from Anger Experts -- References -- About the Author -- Index.

---

Sommario/riassunto

Anger experts William Knaus and Irwin Altrous present The Cognitive Behavioral Workbook for Anger. Drawing on the gold standard treatment for anger--cognitive behavioral therapy (CBT)--and informed by the no-nonsense approach of rational emotive behavior therapy (REBT), this workbook offers readers a radically effective anger management tool deeply rooted in scientific research.

---