

# Kognitív viselkedésterápia szorongó és depressziós gyermekeknek és serdülőknek

Eduardo L. Bunge, Javier Mandil, Andrés J. Consoli és Martín Gomar

## Kognitív viselkedésterápia szorongó és depressziós gyermekeknek és serdülőknek

ESZKÖZTÁR KLINIKUSOKNAK



Eduardo L. Bunge, Javier Mandil,  
Andrés J. Consoli és Martín Gomar

ORIOLD ÉS TÁRSAI

A fiatalok körében továbbra is az érzelmi zavar, konkrétan a szorongás és a depresszió a leggyakoribb mentális egészségügyi probléma. A legújabb kutatási eredmények rámutattak, milyen előnyökkel járnak azok a kezelések, amelyek ezeket a problémákat a háttérben meghúzódó, a biológiához, a kogníciókhoz és a viselkedéshez kapcsolódó közös problémák különböző megnyilvánulásaként fogják fel. A kezelés önálló modulok sorából áll össze, így az olvasó szakmai eszközök egész tárházát kapja kézhez. A programot nem kell az elejétől kezdve végigvinni, a terapeuta kiválaszthatja azokat a stratégiákat, amelyek a legjobban illenek az adott klienshez, a kiválasztott modulok pedig módosíthatók valós időben – a terápia előrehaladásával, amikor is egyre újabb győzelmeket lehet elkönyvelni és egyre újabb kihívások jelennek meg.

A könyvben bemutatott segédanyagok és feladatlapok humoros formában, képregényekkel és rajzokkal tűzdelve segítik a terápiás szövetség kialakítását és az együttműködésen alapuló munkát a gyermek- és serdülőkorú kliensekkel. Bunge, Mandil, Consoli és Gomar magával ragadó könyve a pszichoterápia fiatalkori szorongásra és depresszióra vonatkozó legújabb és legkomolyabb eredményeit ötvözi egyetlen lenyűgöző programban.

Prof. Dokt. Perczel-Forintos Dóra ajánlása **a magyar kiadáshoz**

Nagyon nagy örömmel és lelkesedéssel adjuk a kedves Olvasó kezébe ezt a hiánypótló kiadványt, hiszen ez az első olyan kézikönyv hazánkban, amely a gyermek-, és serdülőkori pszichés megbetegedések kognitív viselkedésterápiáját mutatja be és kínál széles eszköztárat a klinikusoknak. Évtizedes elmaradást pótol ezzel a Kiadó, hiszen a gyermek-, és serdülőkori pszichés zavarok közel húsz százalékos gyakorisága és a pszichoterápiás ellátórendszer hiánya komolyan veszélyezteti a jövő generációt. Azért is érhetetlen ez a hiány, mert a kognitív viselkedésterápia a nemzetközi irányelvek szerint teljesen egyértelműen hatékony ezeknek a pszichés megbetegedéseknek a kezelésében, ez a választandó kezelési mód. Ha az interneten rákeresünk akár csak egyetlen nemzetközi könyvkiadónál erre a témára, hatvanegy munkát találunk ebben a témában, annyira fontos.

A „Kognitív viselkedésterápia szorongó és depressziós gyermekek és serdülők számára” címéhez képest nem csak a szorongás és a depresszió, hanem az intenzív düh és negatív indulatok kezelésének bemutatására is kiterjed. Igazi terápiás útmutató, széles

eszköztárral, amit a szerzők saját előszóban alaposan részleteznek. Kinek ajánljuk ezt a könyvet? Szó szerint mindenkinek, akinek van, volt vagy lesz gyermeke, a gyermekeket szerető és irántuk felelősséget érző óvodapedagógusoknak, tanítóknak, tanároknak és természetesen a pszichológusoknak, terapeutáknak, függetlenül attól, hogy milyen pszichoterápiás irányzatban képzettek. A jövő generációért felelősséget érző szakembereknek számára nélkülözhetetlen az ebben a könyvben foglalt kognitív viselkedésterápiás tudás, amellyel – ezt saját tapasztalataim is messzemenően alátámasztják – lehet segíteni a pszichés problémákban vergődő fiatalokat.