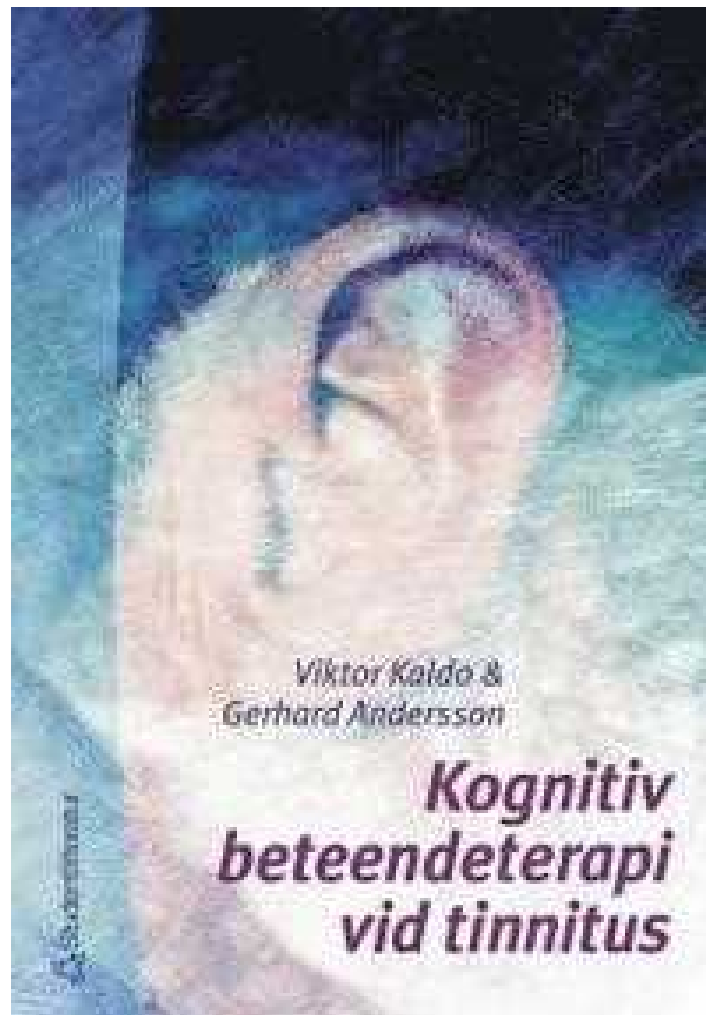


Tags: Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus ladda ner pdf e-bok; Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus MOBI download; Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus e-bok apple; Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus las online bok; Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus epub books download; Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus bok pdf svenska

Kognitiv beteendeterapi vid tinnitus PDF E-BOK

Tomas Furmark,Annelie Holmström,Elisabeth Sparthan,Per Carlbring,Gerhard Andersson



Författare: Tomas Furmark,Annelie Holmström,Elisabeth Sparthan,Per Carlbring,Gerhard Andersson

ISBN-10: 9789144042978

Språk: Svenska

Filstorlek: 2829 KB

BESKRIVNING

I Sverige har ca 15 procent av befolkningen tinnitus - upplevelsen av ljud utan yttre källa. En del får stora problem med bland annat sömn, koncentration, nedstämdhet, irritation, oro, ljudkänslighet och hörsel. Denna bok utgör en pedagogisk, utförlig och strukturerad behandlingsmanual som hjälper den som lider av tinnitus att minska besvären och höja livskvaliteten. Behandlingen vilar på kognitiv beteendeterapeutisk (KBT) grund och har gett goda resultat i forskningsstudier och vid klinisk användning. Boken är till för vårdpersonal som kommer i kontakt med tinnitusdrabbade, den som besväras av tinnitus och den som vill lära sig mer om tinnitus, tinnitusbesvär och KBT. Behandlingsmanualen kan användas både som självhjälpsbehandling och underlag för mer traditionell behandling, t.ex. i grupp. Den innehåller konkreta exempel och tydliga beskrivningar av olika behandlingsmetoder. Många av dessa, t.ex. tillämpad avslappning, sömn- och koncentrationsråd och hur negativa tankar kan analyseras och hanteras, kan tillämpas även på andra problemområden. Boken ger en tydlig och konkret inblick i dessa och andra kognitiva och beteendeterapeutiska tekniker. www.studentlitteratur.se/tinnitus

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Effekter Av Kognitiv Beteendeterapi Vid Tinnitusrelaterade Besvär - Pdf ...

Vid tinnitus som uppstått av högt ljud efter exempelvis en konsert eller ljudet från en bormaskin och ljudet inte minskar efter ... Kognitiv beteendeterapi, ...

Tinnitus - 9 bästa sätten för att lindra | Hälsoliv

Kognitiv beteendeterapi effektivt vid tinnitus. Kartlägger tinnitusbesvär. Minskar tinnitusbesvär. Tillämpad avspänning, fokuseringsträning mm i Varberg.

PDF Evidens för internetbaserad kognitiv beteendeterapi som ...

Nyckelord: Tinnitus, Kognitiv beteendeterapi ... Syftet med KBT vid tinnitus är att minska de besvär personen upplever och är inte riktad mot ...

LÄS MER