

Cuprins

	Despre autori	vii
	Mulțumiri	ix
	Lista figurilor, tabelelor și fișelor	xi
	Introducere	1
	Abordarea de tip pachet de intervenție: avantaje și avertismente	2
CAPITOLUL 1	Intervenția în contextul unui sistem de sănătate aflat în continuă schimbare	5
	Obținerea aprobării pentru intervenție: criterii generale	7
	Raportul inițial de intervenție	7
	Cerere pentru ședințe suplimentare	10
	Aprobări prin convorbiri telefonice	13
	Cerere pentru obținerea aprobării unei intervenții extinse	13
CAPITOLUL 2	Depresia	15
	Descriere și diagnostic	15
	Depresia în termeni cognitiv- comportamentali	20
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru depresie	29
	Evaluare și recomandări pentru tratament	30
	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	41
	Plan detaliat de intervenție pentru depresie	48
	Studiu de caz	49
CAPITOLUL 3	Tulburarea de panică și agorafobia	98
	Descriere și diagnostic	98
	Tulburarea de panică și agorafobia în termeni cognitiv-comportamentali	105
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru tulburarea de panică și agorafobie	111
	Evaluare și recomandări pentru tratament	112
	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	125
	Plan detaliat de intervenție pentru tulburarea de panică	127
	Studiu de caz	127
CAPITOLUL 4	Tulburarea de anxietate generalizată	155
	Descriere și diagnostic	155
	Anxietatea generalizată în termeni cognitiv-comportamentali	156
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru intervențiilor în tulburarea de anxietate generalizată	162
	Evaluare și recomandări pentru tratament	163

	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	173
	Plan detaliat de intervenție pentru anxietatea generalizată	175
	Studiu de caz	176
CAPITOLUL 5	Tulburarea de anxietate socială (fobia socială)	204
	Descriere și diagnostic	204
	Tulburarea de anxietate socială în termeni cognitiv-comportamentali	207
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru tulburarea de anxietate socială	211
	Evaluare și recomandări pentru tratament	218
	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	225
	Plan detaliat de intervenție pentru tulburarea de anxietate socială	226
	Studiu de caz	227
CAPITOLUL 6	Tulburarea de stres posttraumatic	248
	Descriere și diagnostic	248
	Tulburarea de stres posttraumatic în termeni cognitiv-comportamentali	250
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru tulburarea de stres posttraumatic	255
	Evaluare și recomandări pentru tratament	257
	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	265
	Plan detaliat de intervenție pentru tulburarea de stres posttraumatic	267
	Studiu de caz	271
CAPITOLUL 7	Fobia specifică	287
	Descriere și diagnostic	287
	Fobia specifică în termeni cognitiv-comportamentali	289
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru fobia specifică	291
	Evaluare și recomandări pentru tratament	294
	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	301
	Plan detaliat de intervenție pentru fobia specifică	305
	Studiu de caz	306
CAPITOLUL 8	Tulburarea obsesiv-compulsivă	327
	Descriere și diagnostic	327
	Tulburarea obsesiv-compulsivă în termeni cognitiv-comportamentali	331
	Studii de eficiență a tratamentelor pentru tulburarea obsesiv-compulsivă	338
	Evaluare și recomandări pentru tratament	342
	Probleme întâmpinate în cadrul terapiei	353
	Plan detaliat de intervenție pentru tulburarea obsesiv-compulsivă	354
	Studiu de caz	354
CAPITOLUL 9	Tehnici comportamentale	378
	Tehnici de dezvoltare a asertivității	378
	Activarea comportamentală (planificarea recompenselor și programarea activităților)	379
	Tehnici de dezvoltare a abilităților de comunicare	380
	Distragerea atenției	381
	Expunerea	382
	Gradarea sarcinilor	385
	Mindfulness	385
	Modelarea	386
	Rezolvarea de probleme	387

	Controlul respirației	387
	Relaxare	388
	Autorecompensa	392
	Tehnici de dezvoltare a abilităților sociale	392
	Vizualizarea	393
CAPITOLUL 10	Concepte și tehnici cognitive	396
	Introducere în terapie cognitivă și cognitiv-comportamentală	396
	Cele trei niveluri ale distorsiunilor cognitive	396
	Identificarea și modificarea gândurilor distorsionate	397
	Exemple de contracarare a categoriilor specifice de gânduri automate distorsionate	400
	Examinarea asumpțiilor dezadaptative	403
	Examinarea conținutului schemelor cognitive disfuncționale	404
	Autoinstruirea și autocontrolul	405
	Conceptualizare de caz	407
	Concluzie	408
ANEXA A	Tehnici comportamentale - rezumat	417
ANEXA B	Tehnici cognitive – rezumat	419
ANEXA C	Prezentarea conținutului CD-ROM-ului atașat acestui volum	427
	Bibliografie	429
	Index	453