

## **MIEDOS, ANGUSTIAS Y FOBIAS**

Rillaer, Jacques Van

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484450047

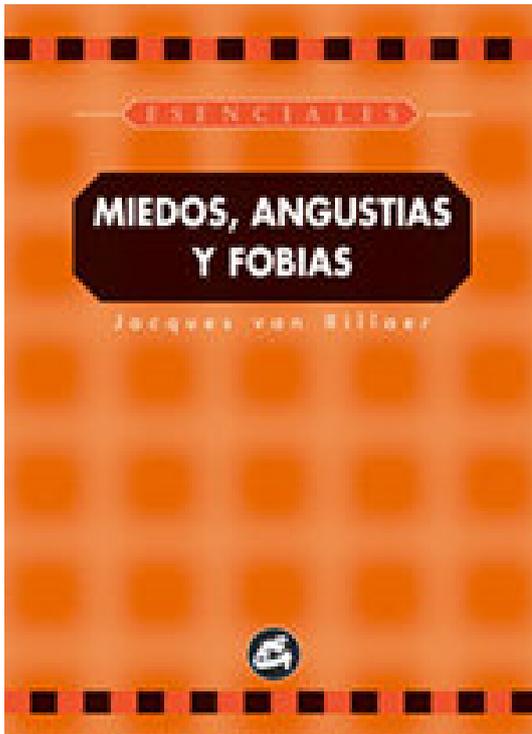
Páginas: 96

Dimensiones: 11,5 X 16,5

Encuadernación: Rústica

PVP.: 4,00 €

Coleccion: Esenciales



### SINOPSIS

**LA COLECCIÓN.** Hemos querido ofrecer al lector una recopilación de las modernas técnicas terapéuticas conocidas como "nuevas terapias". Realizadas por expertos en cada una de las correspondientes áreas, estas completas guías proporcionan las claves para comprender fácilmente lo esencial de su teoría y de su práctica.

**LA OBRA.** Muchas personas padecen de miedos, angustias, crisis de pánico, fobias u obsesiones. La persistencia o desaparición de estas reacciones dependen de múltiples factores, tales como la manera que tiene el individuo de funcionar en la vida, su forma de interpretar las situaciones y las sensaciones corporales, o bien su capacidad de regular los procesos fisiológicos. Sin embargo, cualquiera puede aprender a gestionar mejor todos esos factores y reducir así sus ansiedades.

**EL AUTOR.** Jacques van Rillaer es doctor en psicología. Practicó el psicoanálisis freudiano durante diez años para, posteriormente, orientarse hacia las terapias conductistas y cognitivas, las cuales ha practicado durante los últimos quince años. Es profesor de psicología en la Universidad de Lovaina la Nueva (Bélgica) y en la Facultad Universitaria de Saint-Louis (Bruselas).