



# FRYDENLUND

## Pressemeddelelse



### Ny bog om kognitiv adfærdsterapi er en praksisnær værktøjskasse for alle i omsorgssektoren

Mange pædagoger, lærere, sygeplejersker m.fl. arbejder hårdt for at hjælpe sårbare borgere. Nu udkommer en lettilgængelig bog med redskaber til brug på bosteder, skoler, institutioner, rådgivningsklinikker og andre steder, hvor man arbejder med mennesker.

I bogen **Kognitiv adfærdsterapi i praksis – redskaber til dig der arbejder med mennesker** finder du konkrete redskaber og øvelser, der tilsammen udgør en kognitiv værktøjskasse. Bogen introducerer læseren til den kognitive adfærdsterapis metoder ved hjælp af praktiske, genkendelige eksempler fra den hverdag, som mange inden for omsorgssektoren og de pædagogiske fag kender.

I bogen finder man blandt andet:

- en grundig introduktion til den basale teori og metodens grundmodeller
- en indføring i motivationsarbejde og faldgruber
- grundlæggende viden om diagnoser og problematikker som f.eks. angst, misbrug, selvværdsproblematikker og selvskade
- et afsnit om 'troubleshooting' i relation til de enkelte øvelser og redskaber.

Bogen henvender sig til alle, som ønsker at lære at bruge den kognitive adfærdsterapis metoder. Det kan f.eks. være i arbejdet som pædagog, lærer, sygeplejerske, mentor eller et andet fag inden for omsorgssektoren og det pædagogiske felt.

**Maria Hancock** er cand.psych.aut. og specialist i klinisk psykologi. Hun har siden 2010 superviseret og undervist medarbejdere inden for omsorgsfag og pædagogik. Hun har således omfattende erfaring med implementeringen af kognitiv adfærdsterapi i den hverdag, som medarbejdere på disse områder står i.



#### Kognitiv adfærdsterapi i praksis – redskaber til dig der arbejder med mennesker

Maria Hancock

#### FAKTA

303 sider  
Hæftet med flapper  
Illustreret  
369,95 kr. (vejl.)

#### UDKOMMER

26. marts 2024

For yderligere oplysninger eller kontakt med forfatterne er du velkommen til at kontakte Sandra Quist Lund. Information ses nedenfor.