

Depresja. Poradnik dla przyjaciół i rodziny

Huub Buijssen

Depresja. Poradnik dla
przyjaciół i
rodziny

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Trudne tematy

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Psychologia

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Relacje

36,90 zł

numer katalogowy: PR/0324
ISBN: 9788327719560
liczba stron: 304
format: 12,5 x 19,5 cm
oprawa: miękka
rok wydania: 2021

Porady i strategie przedstawione w tej książce mogą pomóc uniknąć załamania psychicznego i utraty nie tylko więzi z chorym, ale także własnej równowagi psychicznej. Wiele spośród tych zaleceń pochodzi od ludzi, którzy znaleźli się w sytuacji podobnej do Twojej.

Depresja to podstępna i groźna choroba. Łatwo się maskuje i sieje wielkie spustoszenie. Nieleczona może prowadzić nawet do śmierci. Z jej powodu cierpi nie tylko chorujący, ale również jego bliscy, którzy zmagają się z poczuciem winy, odrzuceniem oraz bezradnością. Huub Buijssen - psycholog kliniczny, psychogerontolog, autor ponad 20 książek - pomaga zrozumieć chorującego i uporać się z sytuacją pozornie bez wyjścia.

Co odczuwa człowiek zmagający się z depresją? Jak można mu pomóc? Czego unikać? Jak skłonić bliską osobę, by skorzystała z profesjonalnej pomocy? I jak znaleźć dobrego terapeutę?

Ta książka daje konkretne wskazówki, jak wspierać chorą osobę, dbając równocześnie o siebie samego.

Drugie, poszerzone wydanie bestsellerowej pozycji!