

Librería  
**Bonilla y Asociados**  
desde 1950



**Título:** Activación Conductual Para la Depresión

**Autor:** Dimidjian Sona

**Precio:** \$800.00

**Editorial:**

**Año:** 2013

**Tema:**

**Edición:** 1ª

**Sinopsis**

**ISBN:** 9788433026217

Escrito por destacados expertos en investigación y práctica clínica de la activación conductual (AC), este libro presenta un enfoque empíricamente probado para ayudar a los clientes a superar la depresión mediante una actitud activa y un compromiso con sus propias vidas. La AC es tratamiento sencillo y autónomo cuyos principios pueden ser integrados fácilmente en otros enfoques que ya son utilizados por los terapeutas. Con directrices claras, detalladas ilustraciones clínicas y útiles materiales fotocopiables, el libro contiene todo lo necesario para empezar a poner en práctica la AC en clientes con depresión. Después de una visión general de carácter introductorio, los autores describen los diez principios esenciales de la AC, cómo está estructurada la terapia, y el estilo general de un terapeuta de AC. Las sesiones de AC están orientadas a la acción y centradas en la resolución de problemas. Los procedimientos están descritos para identificar los objetivos del tratamiento individualizado, monitorizar y programar actividades antidepresivas -experiencias que probablemente van a ser gratificantes y agradables- y reducir la evasión y el pensamiento rumiativo. También se explican de manera detallada la resolución de problemas y las estrategias para la prevención de recaídas. A lo largo de todos los capítulos aparece un caso a modo de ejemplo, dando así vida al proceso de la AC mediante una joven que lucha contra la depresión, contra el aislamiento social y contra los desafíos del empleo. Numerosos ejemplos más breves y diálogos de muestra sirven para aclarar técnicas especiales y cuestiones clínicas. El libro presenta más de veinte formularios de planificación de actividades, fichas de trabajo y otros materiales que pueden ser fotocopiados por quienes compren el libro. Este libro tan práctico y accesible ofrece inestimables herramientas para los psicólogos clínicos, psiquiatras, trabajadores sociales clínicos, counsellors y otros profesionales de la salud mental. Ocupará un lugar especial como texto suplementario en los cursos universitarios.