



**Prevención de recaídas en conductas adictivas
basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de
Psicología) (Spanish Edition)**

 **Descargar**

 **Leer En Linea**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition)

Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt

Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt

Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness es una obra clara, directa y sencilla que ofrece, sin embargo, diversos niveles de lectura que se entretajan para formar una obra más rica y completa. Desde el punto de vista formal, este libro ofrece la guía de un programa para conducir grupos de recuperación de alcoholismo y drogadicciones, detallando materiales, tareas y objetivos al tiempo que proporciona ejemplos claros del estilo de intervención en este tipo de grupos. Temáticamente, el libro se centra en la terapia de conductas adictivas. Pero, al mismo tiempo, aborda continuamente el tema del control de los impulsos aplicado no solo a la adicción y a las recaídas sino a todo tipo de comportamiento individual y a las conductas interpersonales, por lo que la obra es, también, un verdadero tratado de autocontrol. Atendiendo a la teoría que sirve de sustento al programa, el propio G. Alan Marlatt explica en el prefacio su periplo ideológico que, desde sus inicios con terapia aversiva, evolucionó hasta desembocar en el enfoque "mindfulness" que aporta a la psicoterapia las notas de compasión, aceptación realista de las propias limitaciones y obstáculos y coraje para trazar, a pesar de todo, el propio camino vital. En definitiva, la principal aportación de este libro -y de los enfoques basados en la "atención consciente"- consiste en estar desplazando el foco de atención de la psicología desde los estímulos y las respuestas al propio sujeto humano, a su capacidad de iniciativa, de superación y a su responsabilidad vital.

 [Descargar Prevención de recaídas en conductas adictivas ba ...pdf](#)

 [Leer en línea Prevención de recaídas en conductas adictivas ...pdf](#)

Descargar y leer en línea Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt

Format: Kindle eBook

Download and Read Online Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt

#ZV95AWMHJ6U

Leer Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt para ebook en líneaPrevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt para leer en línea. Online Prevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt ebook PDF descargarPrevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt DocPrevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt MobipocketPrevención de recaídas en conductas adictivas basada en Mindfulness: 183 (Biblioteca de Psicología) (Spanish Edition) by Sarah Bowen, Neha Chawla, G. Alan Marlatt EPub

ZV95AWMHJ6UZV95AWMHJ6UZV95AWMHJ6U