

Racionálně emoční behaviorální psychoterapie



[Michael Neenan](#), [Windy Dryden](#)

Racionálně emoční behaviorální psychoterapie - Michael Neenan ke stažení PDF Racionálně emoční behaviorální terapie (REBT) je založena na předpokladu, že kognice, emoce a chování nejsou vzájemně oddělené lidské funkce, nýbrž jsou naopak vnitřně propojené a celostní. Když lidé ztratí duševní rovnováhu, přemýšlejí, cítí a jednají nefunkčním, sebepoškozujícím způsobem, a když ji potom obnoví, téměř

