

Wybrane techniki terapii poznawczo-behawioralnej

Selected techniques of cognitive behavioural therapy

AGNIESZKA POPIEL, MONIKA SITARZ

STRESZCZENIE

W pracy przedstawiono wybrane, najczęściej stosowane techniki terapeutyczne stosowane w ramach terapii poznawczo-behawioralnej

SUMMARY

The paper presents selected, most commonly used techniques of cognitive behavioural therapy