

Noutăți PSIHLOGIE
Târgul de Carte GAUDEAMUS
22 – 26 noiembrie 2023



TREI

Titlu: Mijlocul vieții
Subtitlu: Între echilibru și dezechilibru
Autor: Silviu Dragomir
Colecția: Misterele Inconștientului Colectiv

Mijlocul vieții. Între echilibru și dezechilibru, pe care o recomand pentru claritatea și forța convingerii care o animă, este, pe de o parte, rezultatul studiilor. Pe de altă parte, încorporează precipitatul experiențelor de viață și de psihoterapeut ale autorului. De aceea consider inspirată alegerea sa de a comunica la persoana întâi o idee în care se îmbină fericit experiența de viață, experiența spirituală și cea de psihoterapeut jungian (analiza personală și activitatea de cabinet). – Vasile Dem. Zamfirescu



Eram nicăieri, ne spune psihanalistul Silviu Dragomir despre propria navigare prin mijlocul vieții, o perioadă care poate dura ani și ani de zbateri și căutări, de spleen și redefiniri, în care ești mereu și asiduu împins spre ieșirea din rutină, spre găsirea adevăratului sens al vieții tale. De unde această forță care ne împinge spre schimbare, spre ieșirea din rutină și programe interioare în care nu te mai regăsești? Autorul ne poartă dinspre întunecare spre geana de lumină și odată cu el, pe aceste drumuri, înțelegem ce înseamnă să își trăiești viața cu forța plinătății și a descoperirii cu bucurie, până în ultima clipă, a echilibrului. – Mihaela Minulescu

C.G. Jung spunea că în prima jumătate a vieții omul încearcă să atingă obiective sociale — un loc de muncă, relație, familie, reputație —, lucru care se petrece însă în detrimentul unei „totalități a personalității”. El a bănuțit că această unilateralitate se află la originea depresiei, a cărei frecvență i se părea deosebit de mare în această perioadă. În spatele acestei depresii intuia existența unei „vieți care ar fi putut fi trăită”. La cotitura vieții, a spus Jung, în sufletul omului se petrece o schimbare însemnată. Aceasta este miza cărții lui Silviu Dragomir: descrierea într-o manieră accesibilă a acestor schimbări apărute la mijlocul vieții. – Verena Kast

Mijlocul vieții este o etapă semnificativă în parcursul existenței noastre, un răstimp al tranziției și al transformării, o perioadă de reflecție și reevaluare. Este un moment când oamenii tind să pună sub semnul întrebării sensul propriei existențe, scopul și valorile care le ghidează acțiunile. Mijlocul vieții reprezintă un moment al oportunității, al provocării, o vreme când poți experimenta sentimentul de echilibru și armonie sau de dezechilibru și haos. Mijlocul vieții. Între echilibru și dezechilibru reprezintă nu doar o cuprinzătoare imagine de ansamblu asupra subiectului, ci și, deopotrivă, o profundă și revelatoare reflecție personală asupra propriei călătorii a autorului. Viziunea lui Silviu Dragomir aduce cu sine bogăția experienței și înțelegerea profundă a temei propuse, extrasă din propriul trecut. Abordarea stimulativă și accesibilă face ca ideile și teoriile complexe să devină ușor de aplicat în existența oricui. – Andreas Miche

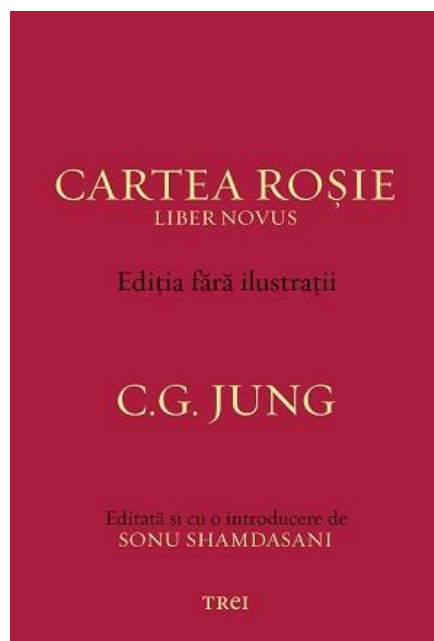


Silviu Dragomir este psihoterapeut, psihanalist jungian și editor. A urmat programul de formare internațională al CG Jung-Institut din Zürich. Este membru al IAAP (International Association for Analytical Psychology) și analist acreditat al CG Jung-Institut. Trăiește și lucrează în București. *Mijlocul vieții. Între echilibru și dezechilibru* este prima lui carte.

Titlu: Cartea Roșie - Liber Novus
Ediția fără ilustrații
Autor: C.G. Jung
Traducere din germană de Viorica Nișcov
Traducere din engleză de Simona Reghintovschi
Colecție: Misterele inconștientului colectiv

„Anii în care m-am ocupat de imaginile interioare au constituit perioada cea mai importantă a vieții mele, în decursul căreia s-au decis toate lucrurile esențiale. Atunci a început totul, iar amănunțele care au urmat sunt doar niște completări și lămuriri. Întreaga mea activitate ulterioară a constat în a elabora ceea ce țâșnise în acei ani din inconștient și mai întâi mă inundase, mă copleșise. A fost materia primordială pentru opera unei vieți.“

C.G. JUNG, 1957



Scrisă între 1914 și 1930, *Cartea Roșie* a fost publicată într-o ediție facsimil completă – apărută în limba română în 2011, la Editura Trei, București –, cu un studiu introductiv și note contextuale semnate de bine-cunoscutul cercetător al scrierilor lui Jung, Sonu Shamdasani.

De la publicarea ediției originale a existat o cerere din partea cititorilor pentru un volum mult mai ușor de mănuit, ca o completare care să ușureze studiul aprofundat al acestei lucrări. Ediția de față cuprinde traducerea completă, prefața, introducerea și toate notele ediției originale, mai puțin paginile de început – cele în care apare facsimilul cu textul caligrafiat și desenele lui Jung –, de data aceasta cartea fiind paginată pe o singură coloană, similar cu manuscrisul autorului.

Timpe de aproape un secol, o astfel de lectură pur și simplu nu a fost posibilă, iar vastei literaturi despre viața și opera jungiană i-a lipsit accesul la singurul document de-o importanță covârșitoare. Publicarea Cărții Roșii deschide o nouă epocă în înțelegerea operei lui Jung. Ne oferă o deschidere unică spre modul în care și-a recuperat sufletul și a constituit o psihologie. Ar putea să fie cea mai influentă scriere din istoria psihologiei.

Titlu: Mai mult timp pentru suflet

Subtitlu: Calea spre vitalitate

Autor: Verena Kast

Traducere din limba germană de Ioana Brigle

Colecție: Misterele inconștientului colectiv

O carte care te ajută să te deschizi către lumea ta spirituală interioară și să trăiești cu mai multă însuflețire „Când vorbim despre suflet, vorbim despre vitalitate”, spune Verena Kast. Dar tot mai des avem senzația că suntem înghețați într-o viață de zi cu zi fără vitalitate, cerințele lumii exterioare împingându-ne doar să funcționăm. Atunci este important să ne întoarcem mai mult către lumea spirituală interioară, pentru a ne găsi pacea și echilibrul mental. Și asta necesită timp.

Renumita analistă și psihoterapeută jungiană susține că trebuie să dedicăm mai mult timp pentru suflet. Apoi, vitalitatea poate apărea din interior, de exemplu prin imaginație - care ne însuflețește amintirile, planurile de viitor și dorințele, prin preocuparea pentru visele de noapte sau prin perceperea și exprimarea emoțiilor noastre.

Verena Kast a studiat psihologia, filosofia și literatura, este doctor în psihologie analitică, profesor de psihologie la Universitatea din Zürich, lector și analist formator la Institutul „C.G. Jung”, psihoterapeut cu practică privată.

La Editura Trei, de aceeași autoare, au mai apărut: *Umbra din noi. Forța vitală subsersivă*, *Fiecele tatălui, fiii mamei*, *Dinamica simbolurilor* și *Depășirea de sine*.



Titlu: Empatie și sănătate mentală
Traducere din limba engleză de Vlad Vedeanu
Autor: Arthur J. Clark
Colecție: Psihologie Psihoterapie

Terapeuții află încă de la primele cursuri de formare că empatia este importantă în procesul terapeutic. Multe strategii și tehnici terapeutice, pentru a fi eficiente, implică, într-un fel sau altul exprimarea înțelegerii empatică, iar empatia e importantă și pentru descoperirea momentului potrivit pentru aplicarea anumitor tehnici.

Practicarea psihoterapiei îi confruntă însă pe terapeuți cu un proces mult mai complicat decât părea inițial. În volumul de față Arthur J. Clark prezintă detaliat trei modalități empatică de cunoaștere: subiectivă, obiectivă și interpersonală – prin care consilierii și terapeuții interacționează cu clienții lor. Fundamentându-se pe literatura amplă și voluminoasă asupra empatiei din ultimii o sută de ani, acest volum transcende conceptualizările tradiționale ale procesului empatic și aspiră la extinderea semnificativă a aplicațiilor sale în practica terapeutică. Numeroase exemple de dialog client-practician clarifică abilitățile bazate pe empatie ca reprezentând o sursă de înțelegere a modului în care clientul își resimte propria viață în contextul experiențelor sale.

Arthur J. Clark este profesor emerit la St. Lawrence University, Canton, New York. Ca psiholog acreditat și practician din domeniul sănătății, are o amplă experiență în cadrul educațional și clinic. Publicațiile sale includ peste 50 de articole și capitole de cărți din domeniul sănătății mentale



Titlu: Tratat de psihoterapie cognitiv-comportamentală

Autori: Irina Holdevici și Mihaela Negrescu

Colecție: Psihologie-Psihoterapie

Ediția a doua, revăzută și adăugită

Principiul de bază al psihoterapiei cognitiv-comportamentale este acela că stările afective negative, cum ar fi depresia, anxietatea, panica, iritarea, precum și comportamentele dezadaptative au la bază modul distorsionat în care oamenii gândesc despre ei înșiși, despre lume, viață și viitor. Aceste idei și credințe eronate se sedimentează în timp, independent de nivelul intelectual, și conduc la comportamente autoblocante și autodestructive. Demersul terapeutic pune accentul pe tehnici de restructurare cognitivă și atitudinală, apelând la principiile învățării pentru a obține modificări în sfera comportamentului și provocând clienții să-și dezvolte un mod de gândire mai flexibil și rațional. Rezolvarea de probleme reprezintă o latură importantă a tratamentului, însă competențele dobândite sunt utile în variate situații de viață.

Psihoterapia este limitată în timp, are obiective clar definite, rezultate evidente, de cele mai multe ori posibil de cuantificat. Terapia cognitiv-comportamentală are rezultate eficiente în tulburările anxioase (anxietate generalizată, atacuri de panică, agorafobie, fobii multiple, fobie socială), depresive, în tulburările de stres posttraumatic, în cele cauzate de abuzul de substanțe, dar și în cazuri mai complexe, cum ar fi, de pildă, tulburările de personalitate.

IRINA HOLDEVICI este profesor universitar de psihologie și psihoterapie. A publicat peste 100 de studii și peste 20 de cărți de specialitate. Deține specializări în psihoterapie, psihopatologie și psihologia sportului. Este psihoterapeut formator în psihoterapie cognitiv-comportamentală și în hipnoză clinică.

MIHAELA NEGRESCU este cadru universitar, doctor în psihologie și sociologie. Este formator și supervisor în psihoterapie cognitiv-comportamentală și detine specializari și în alte scoli de terapie (analitică, hipnoză ericksoniană, NLP).



Titlu: Secrete și minciuni în psihoterapie
Traducere din limba engleză de Ioana Brigle
Autori: Barry A. Farber, Matt Blanchard, Melanie Love
Colecție: Psihologie Psihoterapie

Chiar și în cel mai confidențial spațiu cu putință, cabinetul de psihoterapie, se întâmplă uneori ca anumite lucruri să rămână nespuse. De ce mint clienții? Dar terapeuții? Ce fel de teme tind să fie tănuite, minimizate sau disimulate? După ce oferă o perspectivă asupra acestei problematice generale: modurile tipice în care clienții înșală în terapie, dificultățile pe care terapeuții le au în detectarea secretelor și minciunilor, precum și motivele pentru care nesinceritatea pacientului este importantă, autorii oferă rezultatele studiilor pe care le-au desfășurat pe această temă și ilustrează prin bogate exemple clinice natura specifică a celor mai comune minciuni și secrete ale clienților: gânduri suicidare și de autovătămare, probleme sexuale, abuz de substanțe, traume, precum și tema progresului clinic și a sentimentelor clientului față de terapeut. Cartea poate fi utilă atât psihoterapeuților, profesorilor și studenților din domeniul sănătății mentale, dar și clienților pentru care acest demers fascinant este încă în desfășurare, și care vor regăsi în paginile acestei lucrări numeroase elemente cu care se vor identifica.



Barry A. Farber este profesor de psihologie clinică la Teachers College, Columbia University din 1979. Interesat de cercetarea în domeniul psihoterapiei, a scris numeroase lucrări despre efectele practicării psihoterapiei asupra terapeutului și a persoanelor importante din viața terapeutului, burn-out-ul psihoterapeuților, modul în care terapeutul funcționează ca persoană de atașament, natura și consecințele auto-dezvăluirii în psihoterapie.

Matt Blanchard este psiholog clinician la New York University's Gallatin School of Individualized Study.

Melanie Love este psiholog clinician la Temple University's Counseling Center.

„Știam că, dacă aduceam vorba despre asta, sfârșeam prin a vorbi toată ședința pe această temă sau, cel puțin, ea ar fi fost în mintea terapeutei. Mi-am privit autovătămarea ca pe o extensie a celorlalte probleme mai largi pe care voiam să le discut... Simțeam că dacă am fi discutat mai mult despre asta, am fi alergat după potcoave de cai morți. Am înțeles de ce făceam ceea ce făceam, dar voiam să vorbesc despre lucruri mai importante.” Pentru această clientă, autovătămarea reprezenta un buton roșu, ce putea distra atenția și care ar fi împiedicat-o să abordeze „problemele mai adânci”, aflate în spatele depresiei sale și a comportamentului de autorănire. – Autorii

A vorbi sincer și deschis despre sex și sexualitate nu este întotdeauna simplu, atât pentru terapeut, cât și pentru client. Deseori, acest lucru presupune dezvățarea unor interdicții impregnate profund, precum și a unui sentiment puternic că, procedând astfel, sunt nesocotite regulile societății. Putem înțelege de ce evitarea pe de-a-ntregul a acestor subiecte în terapie reprezintă, adesea, varianta mai simplă sau, aparent, chiar necesară. Și, cu toate acestea, capacitatea de a vorbi liber despre o parte a vieții atât de profund personală și cu o influență atât de puternică poate avea un efect eliberator, o modalitate de a integra acele aspecte ale sinelui ce se simt rușinate atunci când sunt privite prin ochii unei alte persoane. – Autorii

Titlu: Analiza rezistenței

Traducere din limba engleză de Daniela Andronache

Autor: Martha Stark, M.D.

Colecție: Psihanaliză contemporană

Pornind de la ideea enunțată de Sheldon Kopp despre refuzul de a face doliu, Martha Stark postulează că poarta către recăpătarea sănătății mentale este chiar rezistența pacientului – subliniind imperativul înțelegerii de către acesta a apărărilor sale și a realității împotriva cărora au fost ridicate. Recurgând atât la conceptul de deficit structural, provenit din psihologia sinelui, cât și la cel de conflict structural, provenit din psihologia relațiilor de obiect, ea arată, prin *ample vigniete de caz*, cum acestea se pot manifesta în transfer, perturbând progresul tratamentului fie printr-un transfer pozitiv, marcat de iluzii, fie prin unul negativ, marcat de distorsiuni. În funcție de nivelul de anxietate simțit de pacient în fața schimbării, autoarea propune și explică o serie de formulări menite să recunoască deopotrivă dorința pacientului spre însănătoșire și teama care-l ține pe loc și care-l ajută, treptat, să conștientizeze cele două forțe opuse și să le reconcilieze, într-o recunoaștere și acceptare a prezentului.

Cartea Marthei Stark poate fi un îndrumar necesar atât psihanalizatorilor și psihoterapeuților de orientare psihodinamică, precum și psihiatrilor și psihoterapeuților din alte curente, tuturor acelor specialiști al căror scop este promovarea sănătății mentale.

Martha Stark este psihiatră, conferențiară la Harvard Medical School, fondatoare a SynergyMed MindBodyHealth, co-fondatoare a Centrului pentru studii psihanalitice de la William James College, autoare a 9 volume despre teoria și practica psihodinamică.



Titlu: Emoții în farfurie

Subtitul: Cum să faci pace cu tine și cu tine și cu farfuria ta

Autor: Ancuța Coman-Boldișteanu

Colecție: Psihologia pentru toți

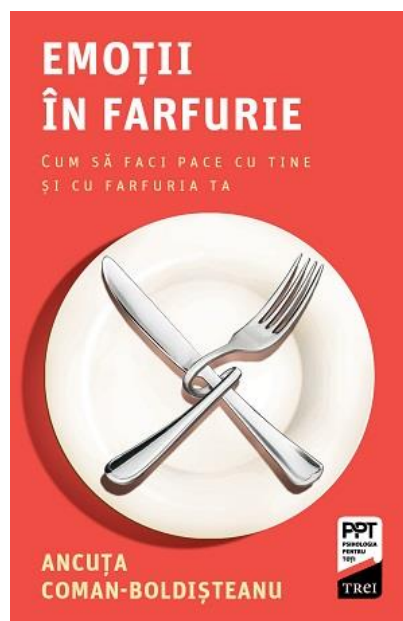
Mâncarea ne însoțește toată viața. Poate tocmai de aceea ajunge să aibă atât de multe nuanțe. Uneori este un prieten bun care ne alină, care este acolo când ne e greu. Alteori, când nu ne putem gestiona impulsurile în fața frigiderului sau a cămării cu dulciuri, poate părea că pune stăpânire pe noi și ne controlează.

Mâncarea este plăcere și emoție. Și ea ne poate fi prieten sau dușman: ne aduce împreună la aceeași masă și ne ține în viață, însă, atunci când o folosim pentru a acoperi goluri, dureri sau pentru a ne satisface nevoi emoționale, avem un prim semnal că în interior ceva nu mai funcționează așa cum ne-am dori.

Această carte invită cititorul „să privească în spatele cortinei”, să cunoască și să înțeleagă motivele supraalimentării, să experimenteze și să simtă și abia apoi să inițieze schimbarea, parcurgând o serie de pași concreți și, cel mai important, să o mențină.

Ancuța Coman-Boldișteanu este psihoterapeut și fondator al proiectului *Emoții în farfurie*, cu o experiență de peste șapte ani în lucrul cu persoanele care se confruntă cu dificultăți în relația cu mâncarea și cu propriul corp, fiind specializată în terapia traumei, a atașamentului și în terapie relațională. Face parte din echipa de formatori a Institutului de Terapie Familială și Practică Sistemică „Areopagus” din Timișoara și este autoarea cardurilor terapeutice *Emoții în farfurie. De ce mănânci când mănânci?*

„Cartea Ancuței Coman-Boldișteanu te poate călăuzi în procesul tău de transformare emoțională, în a-ți regăsi siguranța de sine prin conectarea cu propriul corp. Totul pentru a te reîntoarce, așa cum spun paginile sale, *acasă*.” – Domnica Petrovai, psihoterapeută, CEO Mind Education, fondatoarea Școlii pentru Cuplu și autoarea cărții *Iubește și fii iubit/ă. Aproape totul despre relația de cuplu*.



Titlu: Povestioare terapeutice înainte de culcare
Subtitlu: Ajută-ți copilul să facă față schimbărilor și să se maturizeze
Autor: Sabrina Féret-Hubert
Colecție: Psihologie practică pentru părinți

Poveștile de seară sunt un prilej ideal pentru a-i ajuta pe copii să-și descopere nenumăratele resurse și să proceseze micile și marile schimbări prin care trec. Bazate pe respirația abdominală, pe metafore, pe forța imaginației sau pe repetarea unor sugestii sau cuvinte-cheie, poveștile din această carte oferă copiilor, într-un mod ludic, instrumentele necesare pentru o bună dezvoltare psihică și pentru un plus de autonomie și autocontrol. Cele unsprezece istorioare terapeutice din volumul de față pot fi citite copiilor între 5 și 10 ani, pentru a-i ajuta să treacă mai ușor peste probleme, precum coșmarurile, suptul degetului, exploziile de furie, enurezisul, neîncrederea în sine, somatizările sau venirea pe lume a unui nou frățior.

Sabrina Féret-Hubert este formată în hipnoterapie ericksoniană și coaching, dedicându-se consilierii prenatale, burnoutului parental și dificultăților specifice copilăriei și adolescenței.

Titlu: Ghid pentru rezolvarea dificultăților psihice ale copiilor și adolescenților
Subtitlu: Anxietate, depresie, insomnie, dependență, anorexie, ADHD și autism
Autor: dr. Pier Bryden și dr. Peter Szatmari
Colecție: Psihologie practică pentru părinți

Copilul meu este în ordine? Mănâncă și doarme suficient? Noii prieteni îl influențează în bine? E vreo problemă că stă tot timpul singur în camera lui? E doar o fază trecătoare? Sau o fi ceva serios? Ca părinți, ne facem tot felul de griji pentru copiii noștri – legate de școală, de prietenii lor, de sănătatea lor fizică, dar și de cea psihică. Atunci când suferă fizic, știm ce avem de făcut, însă când se confruntă cu dificultăți psihice, ne vine mai greu să îi îndrumăm. Autorii cărții de față, experți în psihiatria copilului și adolescentului, înlătură mai întâi stigmatul privitor la tulburările psihice, după care oferă părinților ghidarea necesară: de la detectarea semnelor de alarmă la conștientizarea factorilor de risc și de la cunoașterea strategiilor de prevenție până la procesul de diagnostic și tratament al bolilor psihice (psihoterapie, medicație, grupuri de suport etc.).

Pier Bryden, doctor în medicină și psihiatră, predă la Facultatea de Medicină a Universității din Toronto.

Peter Szatmari, doctor în medicină și psihiatru, profesor la Universitatea din Toronto, este expert internațional în tulburările din spectrul autismului.



Titlu: Procrastinarea

Subtitlu: Ce este, de ce ne face probleme și cum o putem gestiona

Autor: Fuschia M. Sirois

Colecția: Psihologia pentru toți

Procrastinarea este un fenomen cu care majoritatea dintre noi suntem familiarizați. Fie că o știm direct, fie că am observat-o la alții. Și e ceva ce vrem să oprim. Bazându-se pe cei peste 20 de ani de experiență în cercetarea procrastinării, Fuschia Sirois ne ajută să ne concentrăm asupra înțelegerii și gestionării cauzelor, și nu a simptomelor procrastinării, oferind o perspectivă nouă: problemele de gestionare a dispoziției, și nu a timpului, reprezintă nucleul procrastinării. Originea procrastinării se găsește în emoțiile negative pe care le simțim când ne confruntăm cu anumite sarcini. Această carte ne oferă ideile și instrumentele de care avem nevoie pentru a înțelege și a rezolva motivele emoțiilor negative care hrănesc procrastinarea și care, în ultimă instanță, ne afectează sănătatea și ne influențează starea de bine.

Fuschia M. Sirois este profesor de psihologie socială și psihologia sănătății la Durham University. Timp de peste 20 de ani a cercetat cauzele și consecințele procrastinării și modul în care autoreglarea emoțională joacă un rol cheie în apariția procrastinării și a scris numeroase articole pe această temă.



Titlu: Cinci conflicte (necesare) în relația de cuplu

Subtitlu: Și de ce contează cine spală vasele

Autor: Joanna Harrison

Traducere din limba engleză de Gabriela Chiriță

Colecție: Psihologie practică

„Minunată trusă de prim-ajutor pentru cupluri” – Susie Orbach,
autoarea cărții *Jumătate inocentă, jumătate înțeleaptă*
**

Prima imagine, atunci când asociem mental viața de cuplu și conflictul, este aceea a unei atmosfere tensionate, de care facem tot posibilul să ne ferim. Însă, după experiența sa de 5 ani ca avocată în domeniul divorțurilor, Joanna Harrison a ajuns la concluzia că anumite conflicte sunt necesare și pot salva relația de cuplu de la disoluție.

Cum comunicăm cu partenerul nostru? Cum gestionăm relația cu socrii (familia extinsă a partenerului)? Cum ne împărțim sarcinile casnice? Cum gestionăm consecințele distanței dintre noi, atunci când aceasta e impusă de obligațiile profesionale sau de alt fel? Cum ne simțim în raport cu fizicul partenerului, cu alte cuvinte, ce facem cu relația noastră sexuală, dar nu numai? Abordând aceste teme principale și altele, conexe, cum ar fi apariția copiilor, cu empatie și delicatețe, prin exemple și extrase din timpul ședințelor de terapie, autoarea îi oferă cititorului un cadru lărgit de referință și de reflectare, precum și idei de aplicat în cuplu.

Joanna Harrison este psihoterapeut de cuplu, clinician principal la Tavistock Relationships, Londra.



Titlu: Ce-ar fi fost dacă...

Subtitlu: Eliberarea de regrete

Autor: Robert L. Leahy

Colecție: Psihologie practică

Cu toții ne trezim uneori că suntem năpădiți de regrete și păreri de rău. Iar de aici nu mai e decât un pas până la autoculpabilizare, dezamăgire și ruminății despre șansele ratate, despre "ce-ar fi fost dacă...". Inspirată de experiența terapeutică și de cercetările de psihologie cognitivă, cartea de față ne ajută să depășim blocajele cauzate de regrete și resemnare și să luăm decizii responsabile, realiste și transformatoare.

„Regretul ne poate învinge sau poate fi o trambulină către sporirea curajului, înțelepciunii și a acceptării de sine. În această carte, unul dintre terapeuții cognitivi de frunte ne ghidează cu abilitate, ajutându-ne să ne împăcăm cu impedimentele și dezamăgirile vieții.” – Paul Gilbert, dr. în psihologie, autorul cărții *Compassiunea și mintea umană*

„Deși multe persoane consideră regretul o experiență exclusiv negativă, acesta a evoluat pentru a ne ajuta să ne adaptăm la anumite circumstanțe. Regretul ne permite să învățăm din greșeli, să anticipăm erorile înainte de a trece la acțiune și să ne exprimăm părerile de rău pentru a vindeca fisurile din relațiile noastre”. – Robert L. Leahy

Robert L. Leahy, psihoterapeut și profesor universitar, este directorul Institutului American de Terapie Cognitivă din New York, fiind autorul a 29 de cărți academice și de popularizare.

