

# LA DEPRESSIONE BIPOLARE

CONOSCERE E AFFRONTARE IL DISTURBO BIPOLARE: UNA GUIDA PER PAZIENTI E FAMILIARI

*Gianfranco Graus*



**Genere:** Psicologia, libri di auto-aiuto

**Pubblico:** psicologi, psicoterapeuti, medici, lettore generico

**Titolo:** La depressione bipolare.

**ISBN:** 9 788897 386216

**Prezzo:** 18 €

**Copertina:** semirigida, patinata opaca

**Dimensioni:** 16.5x23.5

**Tipo carta:** carta usomano avorio 90 gr

**Rilegatura:** cucitura filo refe

**Data pubblicazione:** 2015

**Promozione:** seminari per psicologi con crediti ECM con autore, presentazioni libro, recensioni, pubblicità online e mailing list

Capita a tutti di avere alti e bassi o vedere mutare il proprio umore a seconda dello stato d'animo o delle condizioni metereologiche. **Per chi soffre di disturbo bipolare**, però, le **oscillazioni del tono dell'umore sono spesso motivo di profondo disagio**, perché si presentano ciclicamente con periodi di apatia, sfiducia e ansia che si alternano a fasi di iperattività e comportamenti rischiosi.

**Questo libro è rivolto alle persone bipolari, ai loro familiari ed amici** con lo scopo di far comprendere questo disturbo, offrendo una serie di raccomandazioni per affrontarlo consapevolmente, prevenirne i peggioramenti e arginarne le manifestazioni più delicate.

## GIANFRANCO GRAUS

Svolge a Milano l'attività privata di psicologo e psicoterapeuta cognitivo-comportamentale. E' specializzato nella terapia di persone adulte che presentano disagi dovuti all'ansia o a problematiche di personalità. E' membro delle principali associazioni cognitivo-comportamentali (AIAMC, SITCC, SIST) con cui collabora e aderisce all'Associazione Mindfulness project per la pratica di consapevolezza.