



Mestringsbok ved angstbehandling (norsk)

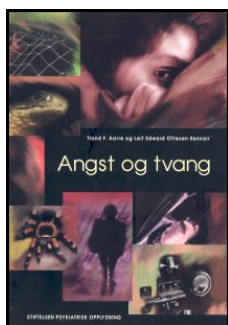
af Jan Haslerud
PsykOpp, 2000, 88 sider
Best.nr. 961021. Pris 125 kr.

Arbejdsredskab til brug for kortlægning af patientens egne ressourcer i forbindelse med angst. Studiebog som patient og behandler i fællesskab kan få glæde af.



Håndbog for psykiatribrugere og pårørende - Kend dine rettigheder

3. udgave, 1. oplag
af Ellen Margrethe Basse & Knud Kristensen-
DE9, SIND og PsykInfo Forlaget, 2009
651 sider
Best.nr. 960517. Pris 100 kr.

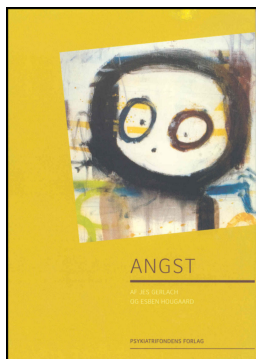


Angst og tvang (norsk)

af Trond F. Aarre og Leif E.O.Kinnair
Psyk-Opp, 2002. 44 sider
Best.nr. 961020. Pris 20 kr.

Bogen giver beskrivelser af de forskellige former for angst, deres behandlingsmuligheder og derudover gode råd til folk, der tror, de lider af en angst- eller tvangslidelse.





Angst

af Jes Gerlach og Esben Hougaard
PsykiatriFondens Forlag, 2007. 120 side
Best.nr. 961501. Pris 130 kr.

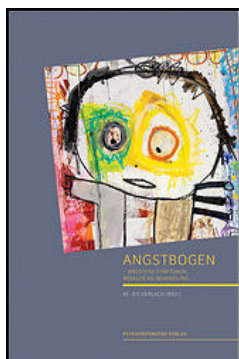
Bogen giver kortfattet indsigt i sygdommen; de forskellige angsttilstande, deres årsager, diagnoser og behandling beskrives kort og præcist. Derudover giver bogen også praktiske oplysninger og råd til pårørende. En let overskuelig og praktisk anvendelig bog.



Angsten i kunsten

af Rasmus Nejst Jensen
PsykiatriFondens Forlag, 2008. 224 sider
Best.nr. 961566. Pris 250 kr.

Ti danske kunstnere fortæller om deres personlige forhold til angst og kunst – om inspiration, skaberkraft og sjælens mørke. Medvirkende kunstnere bl.a. Michael Kvium, Peter Høeg, Ghita Nørby, Ib Michael og Jørgen Leth.



Angstbogen - Angstens symptomer, årsager og behandling

af Jes Gerlach (red.)
PsykiatriFondens Forlag, 2008. 304 sider
Best.nr. 961567. Pris 295 kr.

Angst kan lamme følelser, tanker og handlinger. Alle mennesker kender til angst, men ikke mindre end 350.000 danskere lider af sygelig angst i løbet af et år.



Mindfulness

af Lone Overby Fjorback
Psykiatrifondens Forlag, 2011. 164 sider
Best.nr. 961573. Pris 195 kr.

Mindfulness-meditation er en bevidst måde at skærpe og fastholde opmærksomheden på den øjeblikkelige oplevelse. At være til stede i nuet – snarere end at hænge fast i ting, som er sket, eller som vi ønsker vil ske.



Panikangst

Sygdomsbeskrivelse og behandling
Psykolog-patient interview
PsykInfo Forlaget, 1998. 16 sider
Best.nr. 960003. Pris 10 kr.

Et interview med en 27-årig kvinde, der lider af panikangst. Interviewet følger hendes samtaler med psykologen fra den første sygdomserkendelse til overstået behandling.



Når angsten tager magten

af Per Straarup Søndergaard
Turbine forlaget, 2009. 144 sider
Best.nr. 960950. Kr. 229,00.

Ti unge fortæller om deres angstlidelser i Per Straarup Søndergaards nye bog "Når angsten tager magten". De unges beretninger bliver sat i perspektiv af fagfolk. De peger fx på, at vor tids store fokus på individuel succes har skabt en øget mængde af angst for ikke at slå til.