

# INSOMNIO



<b>ISBN:</b>	9788434408753
<b>Editorial:</b>	ARIEL
<b>Plaza de edición:</b>	BARCELONA 1998
<b>Autor:</b>	CHARLES M. MORIN
<b>Categoría:</b>	Psicología y Pedagogía

[INSOMNIO.pdf](#)

[INSOMNIO.epub](#)

«El libro está bien escrito, usa ejemplos claros y concisos. Está muy bien organizado guiando al lector de un tema a otro, no sólo entre capítulos, sino también a lo largo de estos.» Jour. of Mind and Behavior«Una revisión actual, comprensiva y concisa de todos los conocimientos necesarios para tratar a los insomnes.

De lectura obligada para todos aquellos que tratan el insomnio.» Dr. Peter Hauri«Esta es una contribución realmente notable.» Dr. Richard BootzinEste volumen ofrece un completo programa de tratamiento cognitivo-conductual para el insomnio crónico, en sus múltiples aspectos.