

İçerik

1. Sütün PKP Depresyon:

Semptom Terapisi (Semptomları Tanıma)

Kart 1 - 14

2. Sütün PKP Depresyon:

Beceri egzersizler

Modül: Mutluluk ekspozisyonu

Kart 15 - 26

Modül: Korku ekspozisyonu

Kart 27 - 43

Modül: Üzüntü ekspozisyonu

Kart 44 - 49

Modül: Öfke ekspozisyonu

Kart 50 - 58

Modül: Geriye ve ileriye bakış

Kart 59 - 60

3. Sütün PKP Depresyon:

Güdü açıklaması, Kişilik gelişimi

Kart H1 - H12

Hayatta Kalma Kuralı çalışması