



Какво представлява десенсибилизираща терапия? Тя е форма на поведенческата терапия. При нея личността се излага на ситуациите и предметите, които предизвикват неприятни усещания. Тя е подходяща за хора с натрапливо разстройство или постравматично разстройство. С излагането на обектите, които предизвикват натрапливи мисли или травмиращи реакции, личността се научава как да се справя ефективно с тях.