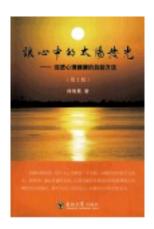
让心中的太阳发光 促进心理健康的自助方法



作者:徐俊冕编

出版社:南京:东南大学出版社

出版日期: 2012.02

总页数: 169

介绍:本书是一本通俗的自助读物,旨在帮助有心理问题或心理疾病的人们重获心理健康。 作者根据多年的临床经验,深入浅出地讲解抑郁症、焦虑症、恐怖症和强迫症的科学知识 ,遵循可操作性和切实有效的原则,教给读者各种具体的自助方法。书后附录对患者和实 用性经常询问的若干重要问题进行了解答。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13002325.html) 查找全本阅读方式

让心中的太阳发光 促进心理健康的自助方法 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13002325.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13002325.html

书名: 让心中的太阳发光 促进心理健康的自助方法