

<<暴食症康复指南>>

图书基本信息

书名：<<暴食症康复指南>>

13位ISBN编号：9787562473008

10位ISBN编号：7562473005

出版时间：2013-5

出版时间：重庆大学出版社

作者：Randi E.McCabe, Traci L.MacFarlane, Marion P.Olmsted

译者：谭浩

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<暴食症康复指南>>

内容概要

暴食症的症状：经常性无法控制的暴饮暴食，用食物来填补自己内心的空虚，逃避生活上的失意；暴饮暴食后强迫催吐或者吃泻药，来减轻罪恶感与自责；过分地注重自己的身材和体重，陷入错误的自我认知。

暴食、呕吐、节食……是否已经成为你生活无法摆脱的怪圈？

无数次地想要走出暴食症的控制，却一次次半途而废。

究竟该如何戒掉食物的瘾？

暴食症患者该如何自我救助？

<<暴食症康复指南>>

作者简介

作者:(美)兰迪·E.麦凯布、特勒西·L.麦克法兰、马里恩·P.奥姆斯特德 译者:谭浩兰迪·E.麦凯布, 心理学博士, 多伦多综合医院进食障碍项目研究成员。

她拥有一家私人进食障碍治疗所。

她同时还在圣·约瑟夫医院担任心理医生。

除此之外, 她还在加拿大安大略省哈密尔顿麦克马斯特大学精神病学和行为神经科学部授课。

特勒西·L.麦克法兰, 心理学博士, 多伦多综合医院进食障碍项目研究成员。

她同时还是国家心理健康研究所的认知行为治疗(CBT)专业治疗师, 该研究所是由多伦多大学和加伦比亚大学联合策划成立的, 主要致力于神经性厌食症的症状反复预防研究。

马里恩·P.奥姆斯特德, 心理学博士, 多伦多综合医院大学医疗网络进食障碍研究项目门诊护理部的负责人, 多伦多大学精神病医学系的副教授。

她同时还是国家心理健康研究所的合作研究者和认知行为治疗(CBT)专业治疗师, 该研究所是由多伦多大学和加伦比亚大学联合策划成立的, 主要致力于神经性厌食症的症状反复预防研究。

<<暴食症康复指南>>

书籍目录

第1章 什么是暴食症第2章 一种有效的方法第3章 控制你的体重第4章 何谓正常饮食习惯第5章 应对策略第6章 转变进食障碍的观念第7章 改进对于自己外形的感觉第8章 对付潜在问题第9章 应对自我伤害、冲动行为以及物质滥用问题第10章 对抗抑郁和焦虑第11章 家庭因素和支持第12章 防止病症复发第13章 寻求特殊帮助致谢

<<暴食症康复指南>>

编辑推荐

兰迪·E.麦凯布、特勒西·L.麦克法兰、马里恩·P.奥姆斯特德编著的《暴食症康复指南》内容简介：暴食症的症状：经常性无法控制的暴饮暴食，用食物来填补自己内心的空虚，逃避生活上的失意；暴饮暴食后强迫催吐或者吃泻药，来减轻罪恶感与自责；过分地注重自己的身材和体重，陷入错误的自我认知。

暴食、呕吐、节食……是否已经成为你生活无法摆脱的怪圈？

无数次地想要走出暴食症的控制，却一次次半途而废。

究竟该如何戒掉食物的瘾？

暴食症患者该如何自我救助？

<<暴食症康复指南>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>