

<<厌食症康复指南>>

图书基本信息

书名：<<厌食症康复指南>>

13位ISBN编号：9787562473886

10位ISBN编号：7562473889

出版时间：2013-7-1

出版时间：重庆大学出版社

作者：(美)米歇尔·赫夫纳 (Michelle Heffner), (美)格奥尔·H.艾费特 (Georg H.Eifert)

译者：黄赟琳

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>

<<厌食症康复指南>>

内容概要

米歇尔·赫夫纳、格奥尔·H.艾费特编著的《厌食症康复指南》主要是一本针对厌食症患者的治愈手册，作者综合了目前该领域全面的研究成果，提出如何用一种革新的心理治疗方式——接受与实现疗法（ACT）来应对厌食症。

内容包括如何重新理解厌食症、教你如何使用平和的心态控制失常的想法，如何拥有更健康的生活方式等。

<<厌食症康复指南>>

作者简介

米歇尔·赫夫纳Michelle Heffner
情绪障碍治疗学者，出版关于ACT疗法实践运用的著作多部。

格奥尔·H.艾费特Georg H.Eifert
国际知名情绪障碍治疗专家，ACT疗法实践者。
同时他还是美国查普曼大学心理系教授。
在他的研究、教学、出版著作领域获得大量优秀奖项。

<<厌食症康复指南>>

书籍目录

目录	
引言 / 1	
第一部分 了解厌食症	
第1章 什么是厌食症？	
/ 8	
第2章 厌食症自我测试 / 26	
第二部分 应用ACT治疗厌食症：改变你的行为而非你的想法和感受	
第3章 接纳—选择—行动：ACT的要素 / 34	
第4章 失控时 / 49	
第5章 学会做一名有心的观察者 / 67	
第6章 接受困境 / 88	
第7章 选择有意义的方向 / 103	
第8章 实现有价值的生活 / 126	
第9章 艾米丽的康复之路 / 141	
第三部分 专业治疗方案	
第10章 不同的专业治疗方案 / 154	
第11章 现有的厌食症心理疗法 / 163	
第12章 准备接受治疗师的治疗 / 172	
第四部分 补充材料	
第13章 献给所爱之人 / 182	
第14章 进展评估 / 198	
致谢 / 209	

<<厌食症康复指南>>

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>