第一图书网, tushu007.com

<<抚平创伤>>

图书基本信息

书名：<<抚平创伤>>

13位ISBN编号：9787501932306

10位ISBN编号：7501932301

出版时间：2001-6

出版时间：中国轻工业出版社

作者：赫伯特

译者：周晓林

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

内容概要

《抚平创伤》分为二部分，即：认识创伤后的重压；消除创伤后的压力。
有针对性的提供了系统的治疗方案，并建议每一心理障碍患者使用它去克服其所受到的困扰。

作者简介

作者：(英)赫伯特 等 译者：周晓林 等

书籍目录

第一部分 认识创伤后的重压第1章 创伤袭来的时候第2章 理解你的反应第3章 理解家庭和亲友的反应第4章 专家和照料群体的一些特定问题第二部分 消除创伤后的压力第5章 向康复之路前进第6章 在康复的路上第7章 应付强迫性的重新体验的创伤反应第8章 应付唤起反应第9章 应付你的回避和麻木反应第10章 你遭受创伤之前的生活第11章 内疚、自责和自尊第12章 悲伤、损失、难过和情感伤痛第13章 身体的变化，身体的疼痛第14章 治愈、放松和前进附录

第一图书网, tushu007.com

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