

<<它就是如此 强迫症的内观认知疗法>>

图书基本信息

书名：<<它就是如此 强迫症的内观认知疗法>>

13位ISBN编号：9787548206057

10位ISBN编号：7548206054

出版时间：2011-9

出版时间：云南大学出版社

作者：周宏 著

页数：166

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>

<<它就是如此 强迫症的内观认知疗法>>

内容概要

《它就是如此·强迫症的内观认知疗法》是一本将佛教心理学用于心理治疗方面最为成功的著作，成功地解决了强迫症治疗领域的主要技术难题，对喜欢佛教心理学的读者来说，也是一本非常值得一读的佳作。

<<它就是如此 强迫症的内观认知疗法>>

书籍目录

我的经历什么是强迫症?强迫症的病因是什么?如何治疗强迫症?“它就是如此”的由来内观治疗强迫症的关键——“它就是如此”什么是觉知、观照?怎样练习练习要领八风吹不动黄庭禅坐打坐要领依智不依识以事实为真观察感受团体治疗——醒悟智慧禅修营课程设置首届醒悟智慧禅修营活动纪实五月醒悟智慧禅修营活动纪实辅导要领强迫症康复的标准什么是症状?各种强迫症的治疗要鼓励学员把自己的情况如实地讲出来对怀疑如何处理老师在糊弄我它就是如此是所有问题的答案吗?技巧不宜频繁更换6D如何处理强迫症治疗中的反复如何去看态度强迫症患者的自身因素对康复的影响要看到自己的进步对于我是否应该去做生意,我该考哪个大学,等等的问题内观老师的素质要求“我还要多久才能好?”强迫症患者如何将失败转化为成功之母杂念多怎么办?忘记练习怎么办?这样练习会消极吗?少拿“头脑”说事它是虚假的笼统真如颯预佛性如何读心理学的书籍融合平常心贪嗔痴中道活在当下如何处理急躁不著相去生活吧怎样提高自信心“自信”不是“锻炼”出来的内观与认知疗法内观与脱敏疗法如何寻找病因从心理学的角度看当前宗教存在的问题烦恼不能顿除抑郁症的内观治疗因材施教禅宗在强迫症治疗中的应用预防强迫症要从幼儿开始咨询师的自我疏导爱心的培养醒悟疗法督导的重要性重要资料康复案例附录认知疗法脱敏疗法后记

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>