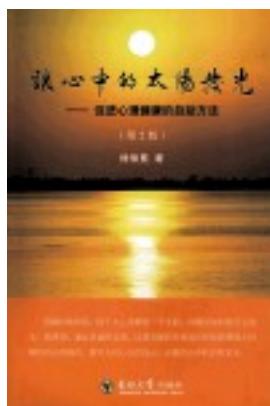


让心中的太阳发光 促进心理健康的自助方法



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