

《远离忧郁》

图书基本信息

书名：《远离忧郁》

13位ISBN编号：9787506421966

10位ISBN编号：7506421968

出版时间：2002-2

出版社：中国纺织出版社

作者：陈国华

页数：212

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《远离忧郁》

内容概要

这本书是个人行医生涯以来的第二本出版著作，正如我常提醒自己的一句话：“生活需要心灵的滋养。”写作也是我在繁忙的临床和研究工作之外，安抚我自己的一个重要方式。许多人常好奇地问我，整天看那么多压力、不快乐的求助者，我自己是如何安然地生活下去的呢？我自己每次思考这个问题，就反而更心安理得地在内心回答：“因为我陪着他们成长和度过每一天的日子！”这个历程是目前生命中最让我安然自得的角落。

目录: 一、身心疾病有药医
二、远离忧郁的阴影
三、现代人的心疾病
四、从了解自己做起
五、借助外在的力量治疗
六、代跋

《远离忧郁》

作者简介

高雄大学医学院医学系毕业，台湾精神医学会及儿童精神学会会员，并为心理治疗分组及生物精神医学分组发起人。

曾任台大医院实习医师，并在台大医院精神部身心医学科及台北市立疗养院成人精神科接受训练，包括精神科疾病急性治疗及慢性复健、儿童精神医学、成瘾医学、神经医学、司法精神医学、心理治疗、心理协谈及情绪管理等。

曾多次赴欧、美、亚洲参加国际精神神经会议、环太平洋精神医学会及美国精神学会研习。著有《远离忧郁》、《听身体说心事》等书。

现任国泰综合医院身心科主治医师，并任“陈国华身心诊所”院长。

目前，担任电视及广播节目咨询专家以及各大报刊专栏作家。

网址：www.dr-chen.com.tw

洽询电话：(02) 27417522

《远离忧郁》

书籍目录

- 第一篇 身心疾病有“病”医
- 第二篇 远离“忧郁”的阴影
- 第三篇 现代人的“心”疾病
- 第四篇 从了解自己做起
- 第五篇 借助外在力量治疗

《远离忧郁》

精彩短评

1、我要远离忧郁，活得开心，我可以做到。

《远离忧郁》

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:www.tushu000.com