

<<跳出想吃又怕胖的陷阱>>

图书基本信息

书名：<<跳出想吃又怕胖的陷阱>>

13位ISBN编号：9787801466044

10位ISBN编号：7801466047

出版时间：2002-9

出版时间：中国社会出版社

作者：利莉·韦斯

页数：202

字数：82000

译者：张大荣

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>

## <<跳出想吃又怕胖的陷阱>>

### 内容概要

本书不仅告诉您一种治疗方法，它还能使您获得生活的自信。

贪食症在美国等发达家，大约在4%-19%的女孩子以及2%的女孩以及2%的成年人为贪食症患者。

本书是三位美国医学博士集多年临床治疗贪食症的经验，开发的一种行为矫正疗法。  
凡是接受这种治疗方法的患者，有70%取得了明显效果。

## <<跳出想吃又怕胖的陷阱>>

### 作者简介

利莉·韦斯(Lillie Weiss)在布法罗市纽约州立大学获得临床心理学博士学位。她是一名独立开业的心理医生，同时还兼任着亚利桑那州立大学心理系助理副教授。

### 译者简介

张大荣 毕业于北京医学院（现北京大学医学部）医疗系，在北京大学精神卫生研究所工作，副主

## <<跳出想吃又怕胖的陷阱>>

### 书籍目录

序 绪论 每一周对贪食症的总体认识 第二周进食是应付困难的手段 学会其他更好的对策 第三周自我评价  
完美主义 抑郁 第四周愤怒和自我肯定 第五周文化对女性苗条的期望 第六周喜欢自己的身体 第七周总结  
进步 展望未来 谢辞 译者的话

<<跳出想吃又怕胖的陷阱>>

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>