

世界公认抗抑郁最佳读物伯恩斯新情绪疗法！据美国精神病协会诊断与统计手册标准，伯恩斯新情绪疗法对抑郁症患者治愈率达70%，且持续三年未复发，是美国、加拿大精神科医师和心理学家最常开药方给抑郁症患者的书籍。在全美调查中，心理学家在1000本自助书籍中挑选最有用的书。伯恩斯新情绪疗法荣登第1名，入选行为医学1980年最佳10本书之一。

1、