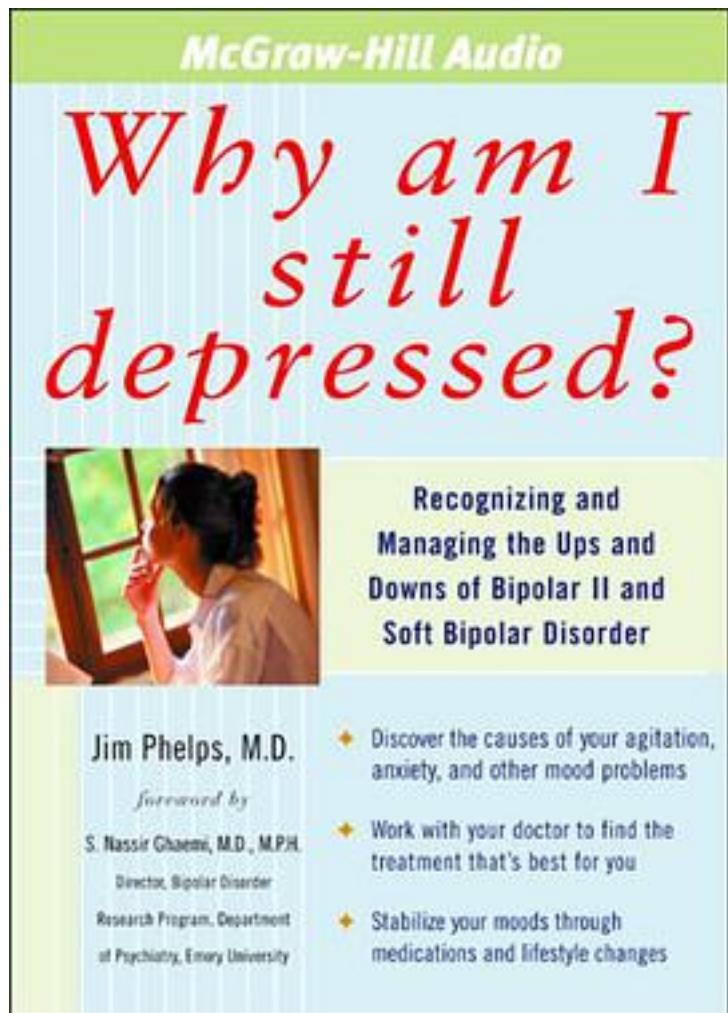


# Why Am I Still Depressed?



[Why Am I Still Depressed? 下载链接1](#)

著者:James R. Phelps

出版者:America Media International

出版时间:2009-12-1

装帧:Audio CD

isbn:9781933309736

作者介绍:

吉姆·费尔普斯 (Jim Phelps)

斯坦福大学人类生物学学士，俄亥俄州凯斯西储大学医学博士。现为俄勒冈州科瓦利斯市萨玛利亚精神卫生中心执业医师。

费尔普斯博士在精神医学领域从医二十年，任教于多所大学，并建成了享誉国际的PsychEducation.org网站。在双极失调方面，他是闻名遐迩的专家，曾在《美国医学杂志》、《学院精神病学》、《医药学术》及《情绪失调杂志》等期刊发表多篇论文，著有十余部书。

译者简介

屈文生

华东政法大学副教授，法学博士。现任华东政法大学法律英语教研室主任，兼任中国法律语言学研究会常务理事、上海法学会外国法与比较法学会理事、中国翻译协会会员。译有《欧陆法律史概览：事件，渊源，人物及运动》（上海人民出版社，2008）、《盎格鲁-美利坚法律史》（法律出版社，2010）及《中世纪的法律与政治》（中国政法大学出版社，2010）等著作；并在《历史研究》、《中国翻译》等杂志发表论文三十余篇。

邢彩霞

华东政法大学教师。英语语言文学硕士。曾主编或参编《看绝望的主妇，学美剧高频词》、《看Friends，学地道美语》等著作。

目录:

[Why Am I Still Depressed? 下载链接1](#)

标签

抑郁症

评论

## 书评

运动是第一位, 然后是睡眠和晒太阳.. 某些人就不要再宅着啦.  
书的很大一部分是在介绍药理用药方面的知识, 自我治疗心理疗法等等相对少了点.  
也许可以从更大的一个角度来看问题, 心病还须心药医.  
每个人经历的事儿, 养成的性格习惯, 世界观价值观什么的都是独特的, 若是能够做到通...

-----想了解更多, 请关注我们; 生活中遇到困惑和难题, 请联系我们-----  
咨询电话: 400-883-9925 会明心理新浪微博: @会明心理咨询  
会明心理微信公众账号: Huimingcz 会明心理官网: www.huimingcz.com

本书讲的是双极情绪失调 (双相情感障碍) ——抑郁与焦虑症状交替出现。  
作者主张给此类患者开抗抑郁药物是危险的, 情绪稳定剂才是上策。  
另外, 作者也认为, 从案例数据上看, 心理咨询结合药物比起单一手段治疗的效果更好。  
。建议读一读《狗狗助你摆脱抑郁》这本, 一个心理咨询师...

我个人认为有这样的一本书, 可以让我更能够得到升华, 从另外一个角度认识自己, 减少一些身边的危害, 能更好的去认识别人, 我觉得大家都可以去读一下, 会有一些帮助的。  
也可以更好的去阐释一下心理学, 让大家可以更积极乐观的对待生活对待身边的一切, 才能变得更美好。

我个人认为有这样的一本书, 可以让我更能够得到升华, 从另外一个角度认识自己, 减少一些身边的危害, 能更好的去认识别人, 我觉得大家都可以去读一下, 会有一些帮助的。  
也可以更好的去阐释一下心理学, 让大家可以更积极乐观的对待生活对待身边的一切, 才能变得更美好。

忘了是哪位哲人说的了, 说, “人生的苦闷有二: 一是欲望没有得到满足, 二是欲望得到了满足”。所以, 我抑郁了。  
已经不是孩子了, 多多少少也接触了这个社会的无奈与悲催, 困扰着我们的最大问题是钱。虽说金钱不是万能的, 但没有金钱是一点能都没有, 世道如此, ...

[Why Am I Still Depressed? 下载链接1](#)