

# 知心书·第三辑:走出强迫症



[知心书·第三辑:走出强迫症\\_下载链接1](#)

著者:[法] 弗兰克·拉马涅尔 著，解婷 译

[知心书·第三辑:走出强迫症\\_下载链接1](#)

## 标签

## 评论

这次双十一活动下了大概七单书，在收到书欣喜的同时，希望京东包装也要做好，有几本只有外面一个包装袋，书受到了损害。

-----  
弗兰克·拉马涅尔（Franck Lamagnère）  
法国强迫障碍领域知名专家、精神科医生，著有《走出强迫症》（Toc Ou Pas Toc?）、《怪癖、恐惧与执念》（Manies, peurs et idées fixes）等作品。他以丰富的医学著作与个人经验为依据，阐述了关于强迫障碍领域的诸多案例，并提供了诸多生动而又不失科学严谨性的治疗方向，特别是在认知行为疗法方面做出了重要的贡献。

-----  
许多执拗与偏颇，顽固与无奈，在作者的笔下变得有些可爱又可笑，强迫症戴着一张似乎总也抓不住的淘气小孩的面具，私底下却成为屡屡和自我天性解放作斗争的堂吉诃德。但只要肯于坦然面对和治疗，它就不会是一座永远无法攻克的堡垒。

-----  
符合条件的资料，应该是很专业的，希望能坚持读完，成长无极限，加油自己！快递很给力

-----  
好书，不错，正在看，有一些帮助，但这只是辅助，最重要的是靠自己

-----  
京东618真给力！！ 京东618真给力！！ 京东618真给力！！

-----  
知心书第一二辑都看完了，期待第三辑，受益匪浅，看纸张是正品

-----  
说那么多目瞪口呆你都不大把大把回答就打电科大老卡打卡打卡

-----  
相信京东自营的东西，每天都在京东上买，买，买，相信京东

-----  
不喜欢徐锦江潮男潮女吃你家你开车你从哪。那你吃那些年从你家

-----  
很不错的书，一个系列的都买了

-----  
就是喜欢京东快递，书包装完好

-----  
许多执拗与偏颇，顽固与无奈，在作者的笔下变得有些可爱又可笑，强迫症戴着一张似乎总也抓不住的淘气小孩的面具，私底下却成为屡屡和自我天性解放作斗争的堂吉诃德。但只要肯于坦然面对和治疗，它就不会是一座永远无法攻克的堡垒。  
知心书之《走出强迫症》能在让慌乱中的你，不再被情绪强迫，不再给自己加戏，而是镇定、愉悦地接受不完美的自我。  
当你阅读本书时，也请你一定要以一种轻松的方式来进行，没必要落入“需要全部读到”的强迫症里哦！

-----  
非常非常好，一天就收到了

-----  
送朋友的，希望她喜欢

-----  
知心書系列本身就是通识大众心理书系，对于有自我意识、渴望突破心理困境的现代读者，可谓行之有效的心理自助读本，集实用性、专业性、趣味性于一体。

-----  
京东搞活动 书满减 很划算 虽然买了很多电子书 但还是想要纸质版的书  
更有看书的仪式感 买书上瘾 家里书已经放不下了 太多

-----  
质量好，物美价廉，尤其是退换货服务绝对是一流的当然好评！！希望服务上能再接再厉，也希望这个网络平台越办越好！！

-----  
快递速度挺快，书的质量看起来还好。

-----  
很好很满意很好很满意很好很满意

-----  
京东买书就是划算，非常好，没有损伤。

-----  
这套书前两辑已入手，第三辑也准备入手，这是精装版本印刷不错，低价入手！灰常不错！

-----  
之前买了前两集的知心书。但是第三辑，只出了两本，不像以前一样，一出出四本。买了，这两本，纯粹是为了放在书架上好看。这也算强迫症的一种吧。

-----  
很好的一本书，值得推荐，开卷有益，建议大家多读书！京东图书也很好，值得信任！

-----  
这套书真棒，虽然这个主题，并不适合，但一直买全了前两辑，不愿有遗憾。三联书店真棒。

-----  
儿子很喜欢看，寒假在东北老家的日子就靠这些书打发了。这绝对是一个好办法！

-----  
终于知道自己的强迫症，其实很常见。很多人都在痛苦中

-----  
喜欢特别喜欢特别喜欢特别喜欢特别喜欢特别喜欢特别喜欢特别喜欢啊哈哈哈哈哈哈

-----  
提交成功，还有商品未评价，可继续评价 京豆将于一天左右返到你的账户中

-----  
好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书好书

-----  
内容很详细，但还是不大适合中国人，适合西方

-----  
很喜欢这套书，希望对自己提升有帮助。

-----  
三联书店出品的知心书系列，一定不能错过！尤其是强迫症患者啊？

-----  
第一第二系列都买了，第三系列当然还买

-----  
书不错，认识自己，让自己走出强迫症

-----  
活动价买的，挺优惠，慢慢看吧！

-----  
帮朋友买的，应该不错吧，也没听他说这册书好不好……

-----  
很棒的一本书，结合着满减活动特别合算。

-----  
刚收到，发货速度快，包装好。

-----  
快递小哥很亲切??，书籍质量自然是靠谱的，喜欢。

-----  
好书好书好书好书！！！！！！

-----  
还没看，但愿对调整心境有好处！

-----  
很好 服务很好 很喜欢 期待下次购买 谢谢

-----  
发货速度快，书很棒，运输过程中有点小磕碰

-----  
非常好的书，快递送货也快

-----  
此用户未填写评价内容

-----  
东西不错，支持京东！！

-----  
很有价值的书，值得收藏慢慢看

-----  
质量很好，值得购买！

-----  
挺贵的，还没看，应该还不错

-----

这一系列的书都很好，内容有启发性。

-----  
凑齐了这三套的每一本了

-----  
还没看。物流很快。

-----  
包装非常简单，就一个塑料袋

-----  
还没看 封面很不错 材质很好

-----  
早就想买这本书了，内容喜欢。

-----  
之前买了前两辑，比较好的一套书，值得一读

-----  
希望能对自己有些好处!

-----  
包装仔细没有任何破损，印刷也不错。

-----  
感觉非常好的一本书，刚开始读，满意。

-----  
京东购买书是经常的事了，如果能常有活动就好了，书啊好东西。

-----  
很好，药物介绍较多

-----  
要以一种轻松的方式来进行，没必要落入“需要全部读到”的强迫症里

-----  
还在看，还未看完

-----  
很好的书，非常喜欢。

-----  
京东物流不是吹的。现在买书只选京东

-----  
很好的，值得阅读！

-----  
质量不错，内容感觉一般。

-----  
送货很快，非常不错。给力。

-----  
不错的书籍，这本还没看，前面两辑已经买来看了。

-----  
心理学学习一下还是不错

-----  
非常好！！值得推荐！！！！



-----  
很好的图书，读了很有启发。

-----  
朋友翻译的，买来拜读

-----  
知心书第三系列，也是不可少的

-----  
不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错

-----  
一本好书好书好书好书好书

-----  
活动入手！ 好书！

-----  
书非常不错，包装很好

-----  
这一套书不错！

-----  
很好很好非常好

-----  
很好很好很满意

-----  
希望有所帮助。

-----  
挺好的挺好的

-----  
好好好好好好

-----  
很适合看的书

-----  
不错，很喜欢

-----  
了解强迫症、走出强迫症实操手册。

-----  
第一辑不错，所以买了后续的第二辑！

-----  
很有用的书

-----  
学习了很好

-----  
信赖京东！

-----  
书质很好

-----  
好好？

.....

-----

-----

-----

-----

-----

---

-----

---

书评

[知心书·第三辑:走出强迫症\\_下载链接1](#)