**新 书 推 荐**

**中文书名：《关注科学：从健康产业中拯救你的心理健康》**

**英文书名：MIND THE SCIENCE: Saving Your Mental Health from the Wellness Industry**

**作 者：Jonathan N. Stea**

**出 版 社：Oxford University Press**

**代理公司：ANA/Jessica**

**页 数：272页**

**出版时间：2024年9月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：大众心理**

**内容简介：**

**揭露关于心理健康的错误信息和伪科学，教育并鼓励读者，使其能够在心理健康方面做出明智的选择。**

据估计，目前市面上至少存在600种不同的心理治疗“品牌”，其中大多数都没有得到科学研究的支持。在价值5.6万亿美元的健康产业和替代医疗界，也存在着无数未受监管的心理健康服务提供者，他们以“生活教练”、“健康顾问”以及——取决于不同国家和地区的法律规定——其他各种不受法律保护的头衔，如“治疗师”、“心理治疗师”、“咨询师”和“执业医师”来推销自己。在心理健康问题日益受到高度关注的今天，任何人都可以在没有执照的情况下自称为“治疗师”，因此心理保健领域非常讲究“购者自慎”：消费者需要谨慎行事。

乔纳森·N·斯蒂亚（Jonathan N. Stea）在本书中揭露了心理健康方面的错误信息和伪科学，以教育并激励读者在心理健康方面做出明智的选择。这本书将赋予读者力量，使其有能力保护自己免受心理健康骗局、江湖骗子和不良或误导的健康实践的侵害，这些骗局和实践在价值数万亿美元的健康产业中大行其道。本书首先向读者介绍了伪科学的本质、演变和诱惑，指导读者如何成为科学和心理健康知识达人。接下来，本书教读者如何识别错误信息和宣传，揭露各种伪科学的做法，说明我们容易相信错误信息的心理原因，帮助读者培养敏锐的洞察力，识破健康产业和替代医疗界用于宣传的策略和套路。本书最后介绍了各种策略和解决方案，展示了改善心理健康的循证方法背后的概念和科学依据，并教导读者在寻求真正的专业帮助时应注意哪些事项。

面对日益充斥社交媒体、大众传媒以及医疗保健行业本身的虚假心理健康治疗方法和产品的冲击，我们急需本书这一自卫盾牌来保护自己。读完这本书后，读者将能更好地识别心理健康的错误信息，避开误导性和掠夺性的做法，并理解心理健康的真正含义。

**营销亮点：**

* 指导读者如何识破有关心理健康的误导性信息和伪科学
* 讨论如何避开误导性和掠夺性的做法
* 就寻求专业心理保健时应注意的事项提供实用的解决方案

**作者简介：**

**乔纳森·N·斯蒂亚（Jonathan N. Stea）博士**是一名全职临床心理学家，也是卡尔加里大学心理学系的兼职助理教授。在临床上，他专门从事成瘾和精神障碍并发症的评估和治疗。他曾两度获得卡尔加里大学临床督导卓越奖，他也是《临床心理学调查：伪科学、边缘科学和争议》（*Investigating Clinical Psychology: Pseudoscience, Fringe Science, and Controversies*）一书的合编者。作为一名科学传播者，斯蒂亚发表了大量文章，定期为《科学美国人》（*Scientific American*）和《今日心理学》（*Psychology Today*）等杂志供稿，并出现在众多主流媒体的电视和广播节目以及播客节目中。为了揭露和抵制心理健康误导和伪科学，他在社交媒体上建立了强大的影响力。您可以在X（原 Twitter）、Facebook和Instagram上关注他。

**媒体评价：**

“乔纳森·N·斯蒂亚博士的新书诙谐、有趣、及时，最重要的是，这本书以科学为依据，彻底揭穿了流行文化中流传的大量健康谎言。这本书的重点是心理健康方面亟需解决的误导问题，他利用现有的最佳证据和自己的专业临床经验，以同理心和幽默感处理了这些误导。这本书适合每一个人，包括医疗保健专业人士、患者，以及任何想在所有污染我们信息生态系统的伪科学无稽之谈中寻找解药的人！”

----蒂莫西·考菲尔德（Timothy Caulfield），加拿大勋章获得者，《放松，该死！焦虑时代用户指南》（*Relax, Dammit! A User's Guide to the Age of Anxiety*）的作者

“在这本文笔优美、寓教于乐的书中，乔纳森·N·斯蒂亚博士揭露了大量针对情绪和行为障碍患者大力推广的治疗方案，这些方案毫无科学依据，实际上可能有害无益。更重要的是，读者将学会区分这些伪科学的干预措施和更多循证的心理和医学治疗方法。对于任何考虑治疗行为或情绪障碍的人来说，首先参考这本指南是非常重要的。”-

----大卫·巴洛（David Barlow）博士，美国心理学会临床心理学分会前任主席，著有650多篇文章和95本书籍

“斯蒂亚对各种针对心理健康问题的伪科学疗法进行了有力的批判，同时也提供了有关科学和心理病理学的重要经验。我强烈推荐这本书，它是所有人的必读书，尤其是那些面临心理健康困难的人。”

----詹姆斯·阿尔科克（James Alcock）博士，*Skeptical Inquirer*编辑委员会成员，《信仰：信仰的意义以及我们的信念为何如此令人信服》（*Belief: What It Means to Believe and Why Our Convictions Are So Compelling*）的作者

“现在，北美的健康和保健产业规模庞大，渗透到我们社会的多个层面，包括主流媒体、社交媒体和播客，几乎多到数不胜数。可悲的是，这个行业中的大部分都建立在伪科学的原则之上，或者在某些情况下根本没有任何原则，可能会对你的健康造成危害。斯蒂亚博士勇敢地深入研究了健康产业中的心理健康部分。他利用自己作为著名临床心理学家的多年培训经验，揭露了心理健康帝国的有害或非法行为，希望能阻止其继续扩张并走向全球化。”

----彼得·霍特兹（Peter Hotez），医学博士，美国医学协会科学成就奖获得者，《反科学的致命崛起：一位科学家的警告》（T*he Deadly Rise of Anti-Science: A Scientist's Warning*）的作者

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**Rights@nurnberg.com.cn**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

