

فهرست

مقدمه	۹
۱. پرسش از آلبرت ایس...	
درباره‌ی «رفتار درمانی عقلانی هیجانی»	۱۳
۲. پرسش از آلبرت ایس...	
درباره‌ی «عقلانه‌تر و سالم‌تر زندگی کردن»	۲۷
۳. پرسش از آلبرت ایس...	
درباره‌ی «اجرای رفتار درمانی عقلانی هیجانی»	۱۰۳