

<<心理压力>>

图书基本信息

书名：<<心理压力>>

13位ISBN编号：9787533516956

10位ISBN编号：7533516958

出版时间：2000-10

出版时间：福建科技出版社

作者：英.

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<心理压力>>

内容概要

本丛书由英国DK公司引进，共分16册(每册18元)。

由英国医学会BMA 组织编写，作者均为英国各权威医疗机构的资深医学专家。

丛书各分册介绍了各疾病的症状、检查、诊断、治疗、调理、预防等内容，其中不仅介绍了常规的治疗方法，而且对最新的医疗成果（包括新的手术和新的药物治

<<心理压力>>

书籍目录

- 一、缓解心理压力
- 二、构建心理平衡
- 三、心理压力的根源
- 四、解决问题
- 五、对抗心理压力的防御措施
- 六、如何自我调整
- 七、接受帮助
- 八、“坏朋友”
- 九、药片、药水和辅助治疗方法
- 十、索引
- 十一、记录

<<心理压力>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>