

《漫畫心療系 09》

图书基本信息

书名：《漫畫心療系 09》

13位ISBN编号：9789863377788

10位ISBN编号：9863377783

出版时间：2014-10-7

出版社：東立出版社

作者：ゆうきゆう,ソウ

页数：128

译者：猴

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《漫畫心療系 09》

內容概要

讓各位久等了！最新一集漫畫心療系要向各位介紹向上比較向下比較、反駁思考、強化內心的方法、藉由姿勢預防憂鬱、擺脫成癮症的方法、不會變得憂鬱的生活習慣、認知扭曲、瞬間做出決斷的技術、E的心理測驗、自我設限等等。這次也不要錯過漫畫心療系喔！

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:www.tushu000.com