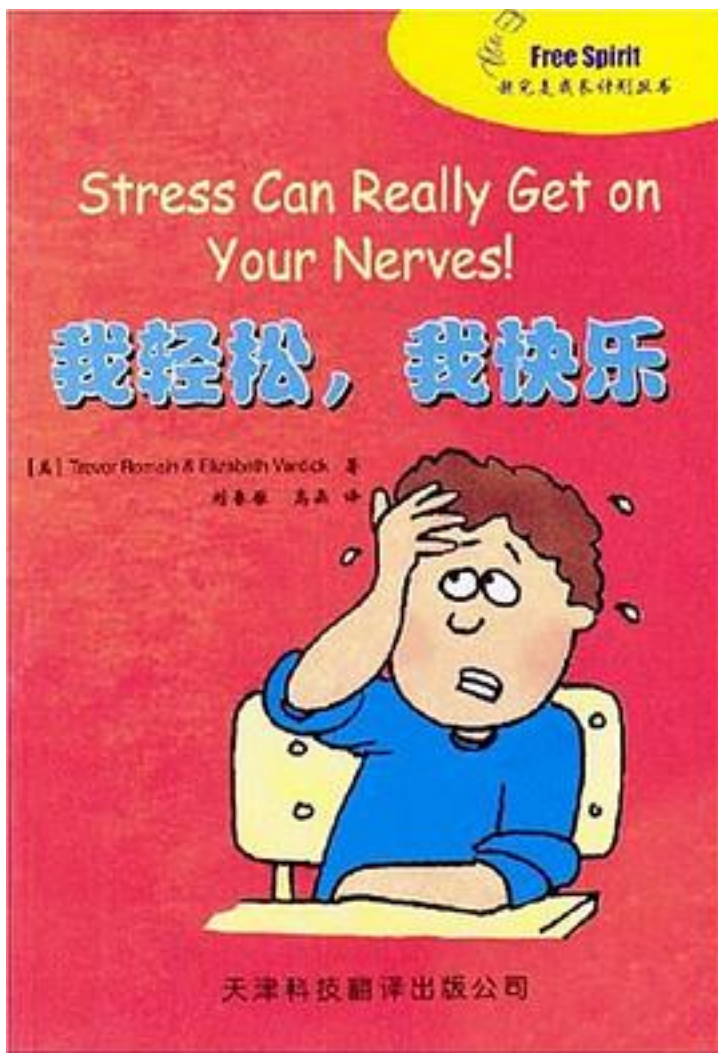


# 我轻松，我快乐



[我轻松，我快乐\\_下载链接1](#)

著者:Trevor Romain

出版者:天津科技翻译出版公司

出版时间:2004-1-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787543316768

《我轻松,我快乐(最新版)》内容包括：你的成绩解说，压力是什么，压力的其他表现形式，压力的特征，压力对行为的影响，压力的来源，离奇但真实的故事，会产生不良后果的逃避方法，一些不太好也不太坏的方法，世界上最糟糕透顶的“降压”方法，怎样成为一个恐慌修理工呢，快速降压法，10步放松法。

作者介绍:

目录:

[我轻松，我快乐\\_下载链接1\\_](#)

标签

心理专业书籍

儿童

评论

-----  
[我轻松，我快乐\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[我轻松，我快乐\\_下载链接1\\_](#)