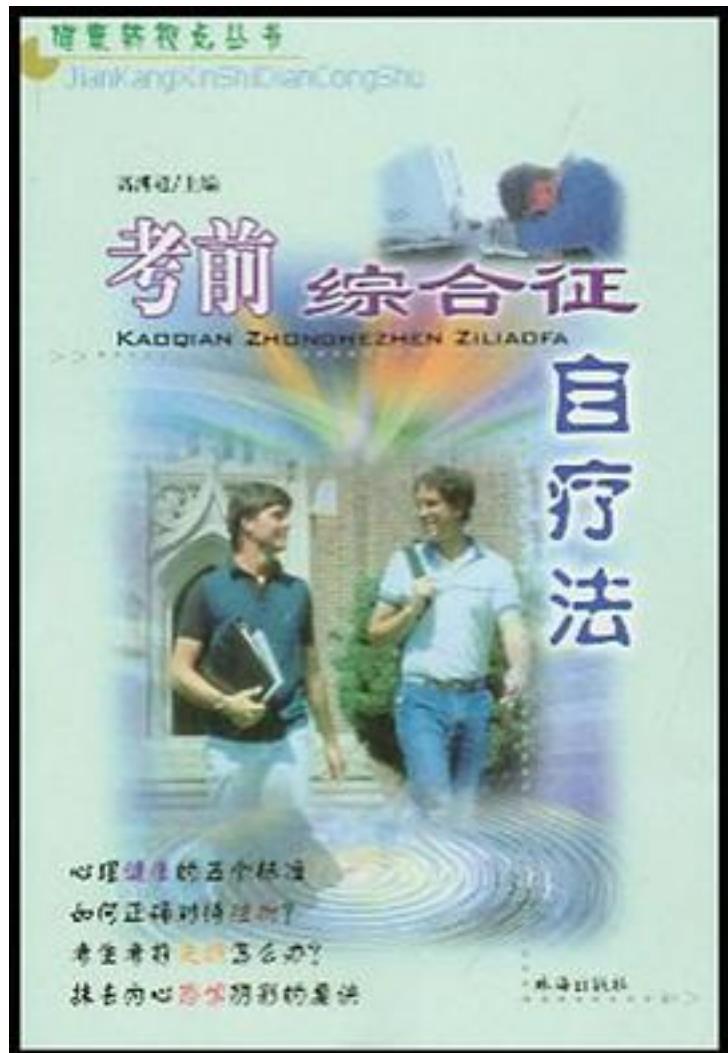


考前综合征自疗法



[考前综合征自疗法_下载链接1](#)

著者:高溥超

出版者:

出版时间:2003-7-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787806890721

本书针对考试之前出现的心理紧张、记忆力减退和失眠等症状，从心理、运动、饮食等方面，帮助考生克服考前综合征，取得好成绩。

作者介绍：

目录：一 认识考前综合征

1 什么是考前综合征

2 考前综合征的病因

3 考前综合征的危害

4 考前综合征与一般性焦虑的区别

5 何为精神分裂症

6 怎样区别精神分裂症与考前综合征

7 什么是癔症

8 怎样区别癔症与考前综合征

9 什么是疲劳综合征

10 疲劳综合征与考前综合征有何区别

11 考前综合征自疗法有哪些

二 心理疗法

.....

三 运动疗法

.....

四 饮食疗法

.....

五 考前综合征验方

.....

• • • • • (收起)

[考前综合征自疗法](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[考前综合征自疗法](#) [下载链接1](#)

书评

[考前综合征自疗法 下载链接1](#)