

# 跨越自我



[跨越自我 下载链接1](#)

著者:李全柱

出版者:河北科学技术出版社

出版时间:2000-11-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787537522687

跨越自我：中学生自控思维训练，ISBN：9787537522687，作者：李红等编

作者介绍:

目录:开篇 自控能力是人生第一素养

上篇 自控教育原理

第一章 把大脑变成高效的自动化生产线

第二章 自控教育的奥妙

第三章 自控教育从幼儿到青年期的不同特点

第四章 自控教育方案一一六自训练

下篇 自控成才36计

第五章 桃李不言，下自成蹊

第六章 相辅相成，如虎添翼

第七章 务本变通，由表及里

· · · · · (收起)

[跨越自我](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[跨越自我](#) [下载链接1](#)

书评

[跨越自我](#) [下载链接1](#)