

戒除网瘾16招



[戒除网瘾16招_下载链接1](#)

著者:李珊珊

出版者:海天出版社

出版时间:2006-6

装帧:简装本

isbn:9787806978009

本书是《李珊珊活出最佳状态丛书》之一，本书将提供有效克制网瘾的16种方法，如命运罐法、灾难刺激法、上网前宣读誓言法、转移注意力法……书中的方法已协助几千名青少年朋友成功地戒除了网瘾！此书亦适合摆脱电视瘾、电视瘾、毒瘾、酒瘾、烟瘾、吃瘾、赌瘾……和激发行动力！！

其实很多网瘾者，十分清楚网瘾会给自己的学习、身体、心理和未来造成多么大的危害

，他们也想戒除网瘾，只是苦于找不到有效克制网瘾的方法。这本书将提供有效克制网瘾的16种方法。

不管是网瘾、电视瘾、毒瘾、酒瘾、烟瘾、吃瘾、赌瘾……都适合使用这16种方法。

作者介绍:

目录:

[戒除网瘾16招_下载链接1](#)

标签

心理学

科幻神书

焦虑症

强迫症

123

评论

你好怎样才能读到

我是一个16岁一个9岁孩子的母亲，我家大的孩子，有网瘾已经两年多了，现在不上学，也不干别的事情，就是一天到晚的手机不离手，晚上有时候还一直玩到天亮。为了不让他玩手机曾经都摔了几个了，摔了以后他就抢我的，打他小弟，把家闹的鸡犬不宁，乌烟障气。拧不过就又给他买了一个。为了给他戒掉网瘾什么办法都用了，就是不见好转。道理也讲了不少就是不听劝，在网上看到了《戒除网瘾16招》，我想看看，试一试，只要能帮助儿子戒掉网瘾从新反回学校，吃在多的苦我都愿意！

[戒除网瘾16招_下载链接1](#)

书评

[戒除网瘾16招_下载链接1](#)