

# 如何控制紧张与焦虑 放松的艺术



作者：（美）弗兰克·麦圭根（F. J. McGuigan）著；汤宜朗等译

出版社：济南：山东科学技术出版社

出版日期：1997.12

总页数：192

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11510497.html>）查找全本阅读方式

如何控制紧张与焦虑 放松的艺术 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11510497.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11510497.html>

书名：如何控制紧张与焦虑 放松的艺术