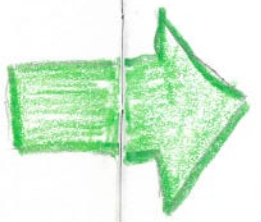


日期: 10-10-2024

題目: 我的減壓方法

1 我遇到的問題:

成績不理想
壓力太大。

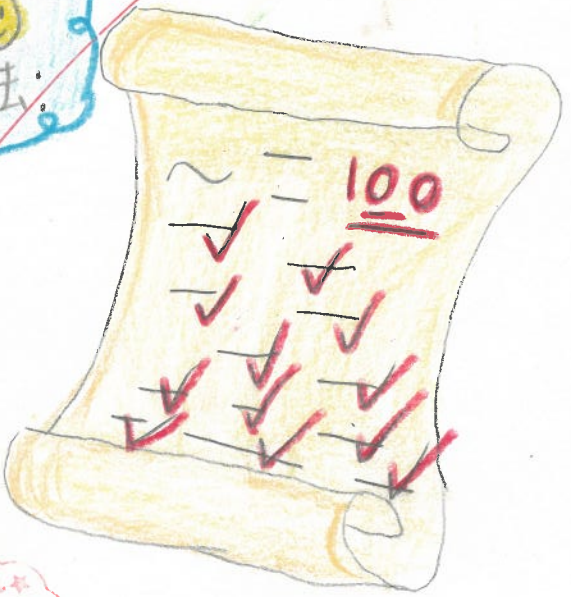


2 問題的成因:



因為沒有提早預習
所以得出成績不理
想。

4 實行並檢討成效:
成功解決問題。
還要改善。改善方法:



3 解決問題的方法



提早溫習
例如: 每天溫習1-2小時或訂立目標

Handwritten signature

2024-10-25

