战胜自卑



作者: (英) Melanie J. V. Fennell著; 周晓林等译

出版社:北京:中国轻工业出版社

出版日期: 2001.06

总页数: 251

介绍:本书分为"什么是自卑"、"自卑的产生与发展"、"战胜自卑的方略"三个部分,内容包括:自卑的含义、自卑如何产生、什么促使自卑发展、剔除焦虑预期、克服自责、提高自我接受能力、改变生活规则、破坏核心信念等。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/10404847.html) 查找全本阅读方式

战胜自卑 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/10404847.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/10404847.html

书名:战胜自卑