## 情绪管理 构建快乐人生的自助套餐



作者: 王淑俐著

出版社: 杭州: 浙江人民出版社

出版日期: 2002.10

总页数: 219

介绍:本书以情绪自助管理为主要议题,告诉读者如何了解自己的情绪,如何化解消极情绪,如何发挥积极情绪。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/11288051.html) 查找全本阅读方式

情绪管理 构建快乐人生的自助套餐 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11288051.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11288051.html

书名: 情绪管理 构建快乐人生的自助套餐