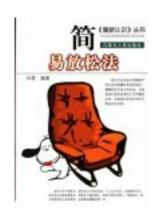
## 简易放松法



作者: 风雪编著

出版社: 呼和浩特: 内蒙古人民出版社

出版日期: 2005.01

总页数: 192

介绍:本书介绍了压力的来源、生活压力与健康的关系、人的10种心理弱点及各种克服压力、控制自己情绪的办法。它会使我们更有效率的工作并随机应变。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/11359608.html) 查找全本阅读方式

简易放松法 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11359608.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11359608.html

书名: 简易放松法