## 做自己的心理医生 2



作者:邓叶染编著

出版社:天津:天津科学技术出版社

出版日期: 2008.10

总页数: 436

介绍:本书是一本心理卫生普及读物。从认知自我、心态调适、人际关系调适、职场调适、情感调适、男性心理调适和女性心理条适等方面切入,本着"虽然不能改变节奏,但可以改变、调适心理"的理念,为处于滚滚红尘中、充满心理困惑的人调适自己的心理,从而以更加从容、平和的心态去工作、去生活。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12107621.html) 查找全本阅读方式

做自己的心理医生 2 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12107621.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12107621.html

书名: 做自己的心理医生 2