## 只有自己救自己 咨询师教你心理自我调适



作者: 汪才柱编著

出版社:北京:现代出版社

出版日期: 2010.01

总页数: 192

介绍:随着竞争压力的加大,人们心态上的困惑在逐渐加剧,我们能亲眼看见身边很多人陷入到对现实生活的迷茫之中。我们发现困惑自己的不再是复杂的外在世界,而是多变的自我内在世界,对于很多人来说,自我内在世界是未知的,也是不可控制的,也是最容易让自己感到沮丧的。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/12488231.html) 查找全本阅读方式

只有自己救自己 咨询师教你心理自我调适 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12488231.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12488231.html

书名: 只有自己救自己 咨询师教你心理自我调适