

情绪急救 应对各种日常心理问题的策略和方法



作者：牧之著

出版社：南昌：江西美术出版社

出版日期：2017. 05

总页数：211

介绍：本书主要包括：谁都有情绪：可以有情绪，但不要被左右；伤害：调整心态，学会保护自己；嫉妒：心胸开阔，增强自信等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14289326.html>）查找全本阅读方式

情绪急救 应对各种日常心理问题的策略和方法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14289326.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14289326.html>

书名：情绪急救 应对各种日常心理问题的策略和方法