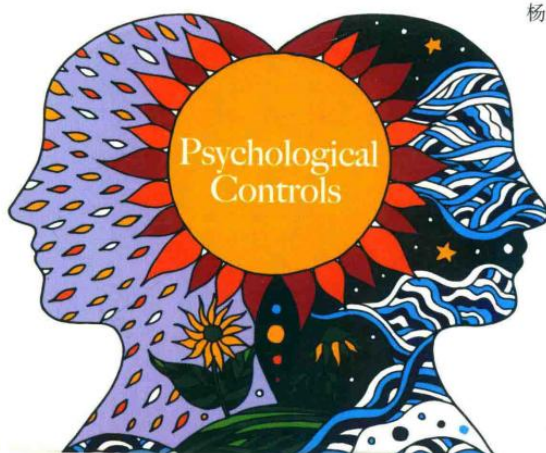


自控心理学：先管理好情绪，再做高效的自己

心理励志文丛 | 为心「疗伤」

自控心理学 先管理好情绪， 再做高效的自己

杨玉琴 / 主编



管理好时间
你可以高效做事情
管理好情绪
你可以高效做自己

别放任自己
你本可以比现在更优秀



团结出版社

作者：杨玉琴主编

出版社：北京：团结出版社

出版日期：2019.01

总页数：230

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14561574.html>) 查找全本阅读方式

自控心理学：先管理好情绪，再做高效的自己 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14561574.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14561574.html>

书名：自控心理学：先管理好情绪，再做高效的自己