

战胜自卑



作者：（英）Melanie J.V.Fennell著；周晓林等译

出版社：北京：中国轻工业出版社

出版日期：2001.06

总页数：251

介绍：本书分为“什么是自卑”、“自卑的产生与发展”、“战胜自卑的方略”三个部分，内容包括：自卑的含义、自卑如何产生、什么促使自卑发展、剔除焦虑预期、克服自责、提高自我接受能力、改变生活规则、破坏核心信念等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/10404847.html>）查找全本阅读方式

战胜自卑 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/10404847.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/10404847.html>

书名：战胜自卑