

## 情绪管理 构建快乐人生的自助套餐



作者：王淑俐著

出版社：杭州：浙江人民出版社

出版日期：2002.10

总页数：219

介绍：本书以情绪自助管理为主要议题，告诉读者如何了解自己的情绪，如何化解消极情绪，如何发挥积极情绪。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11288051.html>）查找全本阅读方式

情绪管理 构建快乐人生的自助套餐 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11288051.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11288051.html>

书名：情绪管理 构建快乐人生的自助套餐