

钻出牛角尖



作者：木子均，赵晓鹏编著

出版社：北京：北京工业大学出版社

出版日期：2011.04

总页数：229

介绍：人的一生，难免会遇到各种矛盾和问题，难免遭遇各种挫折和困境，比如考试晋升的失利、人际关系的紧张、家庭成员的矛盾、恋爱婚姻的挫折、经济状况的拮据、亲友的离去，等等，我们要学会以正确的方法来辩识、认知、接纳并协调自己的情绪，摆脱心理阴影，从而成为自己的主人。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12785121.html>）查找全本阅读方式

钻出牛角尖 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12785121.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12785121.html>

书名：钻出牛角尖