

治愈自己 心理自助与自我训练

教客网 · 百万图书阅读与交易网站 (www.jiaokey.com)

《治愈自己 心理自助与自我训练》是由朱宏颖著编著的精品图书，由知名出版社出版。教客网提供的图书交易、电子书在线阅读与PDF下载服务，支持电脑、平板和手机多终端访问，涵盖教材、教辅、文学、科技、艺术等多个领域，是读者查找和收藏图书资源的实用平台。

书名	治愈自己 心理自助与自我训练
作者	朱宏颖著
出版社	
ISBN	978-7-5068-8619-2
出版日期	2022-05-01
页数	217
价格	56.00
关键词	心理健康-健康教育
分类	

图书介绍

现代社会，竞争压力大、生活节奏快，每个人都承受着较大的心理负荷，在负重前行。保持积极向上、阳光健康的心理，拥抱自己、治愈自己，才能拥抱幸福、有所作为。本书关注个体心理，在探究个体的心理需求与心理特征的基础上，解析个体常见不良心理，如焦虑、抑...

本书出售、求购与在线阅读地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/15090666.html>

更多相关图书推荐: 首页: <https://www.jiaokey.com>

朱宏颖著 其他作品: <https://www.jiaokey.com/book/detail/15090666.html>

关键词搜索：心理健康-健康教育：<https://www.jiaokey.com/book/detail/15090666.html>

教客网 提供大量电子书免费在线阅读与 PDF 下载服务，支持按书名、作者、出版社、ISBN、标签等多维度检索图书资源。