

人生脚本 人际沟通心理学



作者：（美）艾瑞克·伯恩著；江美娜，张积模译

出版社：北京：国际文化出版公司

出版日期：2023.05

总页数：527

介绍：为什么你的感情经常遇到坎坷为什么你的事业无论怎么努力依然没有起色为什么你的婚姻一直不圆满为什么你的人际关系总是很糟糕为什么你总是感到抑郁、纠结、焦虑、恐惧、愤怒《人生脚本》是《蛤蟆先生去看心理医生》推崇作者艾瑞克伯恩改变命运的经典之作，他从亲子关系、亲密关系到职场生活，深入浅出地讲述我们所有的行动模式背后都隐藏着不同的人生脚本。不仅帮助人们认识到自己的失败脚本，也帮助人们改写脚本，从错误、创伤的脚本中解脱出来。帮你摆脱原生家庭羁绊、改善人际关系、活出全新的自我。人生脚本是我们潜意识中一生的计划。重启你的人生脚本，改变人际关系模式，重塑你一生的故事。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/15238173.html>）查找全本阅读方式

人生脚本 人际沟通心理学 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/15238173.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/15238173.html>

书名：人生脚本 人际沟通心理学