

千万不要输给情绪 别让坏情绪 赶走好运气



作者：郑小四著

出版社：北京：中华工商联合出版社

出版日期：2024.07

总页数：232

介绍：这是一本心理自助类的图书。本书从日常生活中常见的情绪触发点出发，试图以温暖的笔触，多角度、深层次地剖析情绪的重要性、情绪产生的原因，以及如何恰当地应对内心的负面情绪，旨在帮助读者更好地认识情绪、发现情绪、控制情绪，实现情商上的进一步提高。优秀的人，从来不被情绪控制，一个掌控了自己情绪的人，才能更好地掌控自己的人生。翻阅此书，希望我们每个人都能找到丢失的情绪钥匙，做情绪的主人，更阳光、更积极地面对生活。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/15491495.html>）查找全本阅读方式

千万不要输给情绪 别让坏情绪 赶走好运气 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/15491495.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/15491495.html>

书名：千万不要输给情绪 别让坏情绪 赶走好运气