

# 《怒有出路》

## 图书基本信息

书名：《怒有出路》

13位ISBN编号：9789628266654

10位ISBN编号：9628266659

出版社：FES PRESS

作者：德懷特·卡爾森醫生

译者：陳錦榮

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《怒有出路》

## 內容概要

很多人一直被教導不該發怒，自己亦不懂正面處理怒氣，以為怒不形於色，或不理會委屈的情緒，怒氣便會消失。其實這只會把怒氣積蓄在自己的「怒氣儲量」內，並引發出更多身體或情緒毛病。本書作者提出一系列實際指示，助你按步處理怒氣，合宜地表達自己的情緒。

# 《怒有出路》

## 精彩书评

1、 本書的試讀本:[http://www.wenzi.fes.org.hk/?PID=\\_ARTDTL&SID=208](http://www.wenzi.fes.org.hk/?PID=_ARTDTL&SID=208)

# 《怒有出路》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)