

《人生学校书系:如何保持情绪健康》

图书基本信息

书名：《人生学校书系:如何保持情绪健康》

13位ISBN编号：9787532944026

出版时间：2014-9-1

页数：153

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

《人生学校书系:如何保持情绪健康》

内容概要

《人生学校书系:如何保持情绪健康》

作者简介

《人生学校书系:如何保持情绪健康》

书籍目录

引言

第一章自我观察15

第二章人际关系33

第三章压力65

第四章什么故事？ 83

结语113

练习117

注释147

延伸阅读151

《人生学校书系:如何保持情绪健康》

精彩短评

- 1、阿兰德波顿好闲啊（笑）翻译味儿很重，许多话我能直接看出原句，说是一本小册子，不如说更像一个毕业论文~~但是，静下心来还是有所收获的。而且因为体积小又薄，很适合放在包包里出门的时候翻翻
- 2、201509sh 20161114bj
- 3、书很薄，好读，有用。
- 4、挺有意思的人生学校书籍
- 5、值得多读的小书。

《人生学校书系:如何保持情绪健康》

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