

《天天健康 职场压力解决方案8》

图书基本信息

书名：《天天健康 职场压力解决方案8(DVD)》

13位ISBN编号：9787880158632

10位ISBN编号：7880158634

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

《天天健康 职场压力解决方案8》

内容概要

职场与压力是一对双胞胎，可是压力与烦恼、压力与疾病，并不一定会如影随形，关键是看您能不能化解压力于无形。心理的问题，看起来是知易行难，可是一旦捅破了那层窗户纸，却顿时会烟消云散。钮教授会带领您对自己的问题进行很好的梳理，让您找到解决问题的密钥，呵护您的平安。

《天天健康 职场压力解决方案8》

书籍目录

第一集 压力职场 心理健康

第二集 解密心灵 化解困境

第三集 人有千面 解压随变

第四集 溯本求源 解压方案

《天天健康 职场压力解决方案8》

精彩短评

1、还没有全部看完,必定有收获

《天天健康 职场压力解决方案8》

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