

# 别再闹情绪



[别再闹情绪\\_下载链接1](#)

著者: (美) 史坦纳

出版者: 广西师范大学出版社

出版时间: 2001-01

装帧: 平装

isbn: 9787563331055

我在墨西哥市长大，是一个传统的男人。我不但忽视自己的情绪，也忽视我身边的人所怀有的情绪。回想过去，可以说以前我做过的许多事对我生命中的人是很无情的，同时对他们也造成了伤害。

作者介绍:

目录: 前言  
第一章 解读情绪解读力  
第二章 感知情绪，与人互动  
第三章 释放内心的感觉  
第四章 开启心门  
第五章 平衡你的情绪  
第六章 审视内心  
第七章 爱情、家庭和工作  
第八章 情绪的战士  
结语 用爱生活  
• • • • • [\(收起\)](#)

[别再闹情绪 下载链接1](#)

## 标签

心理

情绪

Psychology

## 评论

简易,且认真的小书

-----  
无聊的时候看的，极其一般。。。

-----  
写的很好的一本书~

-----  
[别再闹情绪 下载链接1](#)

## 书评

-----  
[别再闹情绪 下载链接1](#)