

# 驾驭情绪易如反掌



[驾驭情绪易如反掌\\_下载链接1](#)

著者:马洛斯

出版者:天津科技翻译出版公司

出版时间:2004-01-01

装帧:

isbn:9787543316836

在谈话或交流时，只要有人提到“心理压力”这个词，就会使人想起来伤害或不愉快。通常认为心理压力是一种对健康的损害，是一种幸福生活的障碍。但实际上这样说是片面的，尽管已经有了大量的书籍对这个问题进行了阐述和讨论，但在总体上说来并没有消除这种片面性。在实际生活中，今天的人们把许多生理上和精神上的疾病都归因于心理压力引起的。

作者介绍:

目录:

[驾驭情绪易如反掌\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[驾驭情绪易如反掌\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[驾驭情绪易如反掌\\_下载链接1](#)