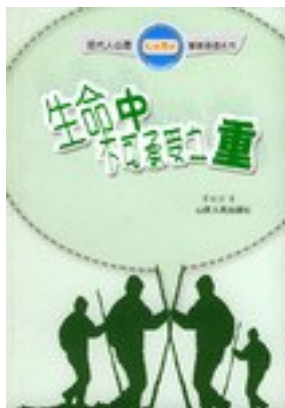


# 生命中不可承受之重



[生命中不可承受之重 下载链接1](#)

著者:景晓娟

出版者:山西人民出版社

出版时间:2004-6

装帧:平装

isbn:9787203047155

《生命中不可承受之重》由山西人民出版社出版。《生命中不能承受之重》的编写借鉴了诸多有关缓解压力方面的著作，编者本意在于综合这些知识，给读者提供操作性的缓压措施，然而回顾前面的内容，总觉得还不够完整和充分，希望读者朋友给予谅解和指正。

作者介绍:

目录: 导论  
第一章 诊断  
压力是什么  
压力的来源及其形成  
人们对事件的看法与压力  
精神? 洁? 氮? 通? 坏? 奶? 瓷?  
压力对身体的影响  
面对压力

寻找问题的症结  
第二章 工作压力  
管理时间，减轻压力  
我的时间哪里去了  
建议  
工作中的人际冲突带来的压力  
如何处理工作中的人际冲突  
来自自我内部的压力<  
• • • • • (收起)

[生命中不可承受之重\\_下载链接1\\_](#)

标签

生命不可承受之重

评论

-----  
[生命中不可承受之重\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[生命中不可承受之重\\_下载链接1\\_](#)