

# 怎样增强自信心



[怎样增强自信心\\_下载链接1](#)

著者:克莱豪恩 (Cleghorn P.)

出版者:对外经济贸易大学出版社

出版时间:2000年4月1日

装帧:平装

isbn:9787810009454

工作上遇到什么挑战了吗？你想在职业生涯上一路顺风吗？

你能胸有成竹地化解难题吗？

无论是做人还是从业，其关键都在于“自信”二字。不管为了得到一份工作不审争取到理所当然的薪金，都需要你用自信心去创造机会，抓住机遇，并一抓到底。

你只需用上半个小时读读本书，即可学会大量提高自信心的实用技巧。本书阐述了信念的加强将会带给你的种种益处，介绍了在日常工作和生活中如何加强自信心。

作者介绍:

目录:

[怎样增强自信心\\_下载链接1](#)

标签

心理学

焦虑症

抑郁症

心理测试

心理

评论

-----  
[怎样增强自信心\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[怎样增强自信心\\_下载链接1](#)