

给办公族的健康书



[给办公族的健康书_下载链接1](#)

著者:杨红英

出版者:理工大学

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787564013196

《给办公族的健康书》主要内容：办公族经常会因工作中的竞争、薪金、人际关系等方

面的压力，而产生抑郁情绪，严重影响心理健康。《给办公族的健康书》从以上问题入手，通过经典的职场案例，科学的专家锦囊，帮助您高效地缓解工作压力，有效地与客户沟通，轻松处理好同事关系。与办公族常被视疲劳、颈椎病、失眠、鼠标手、键盘腕等职业病困扰。

作者介绍:

目录:

[给办公族的健康书_下载链接1](#)

标签

评论

[给办公族的健康书_下载链接1](#)

书评

[给办公族的健康书_下载链接1](#)