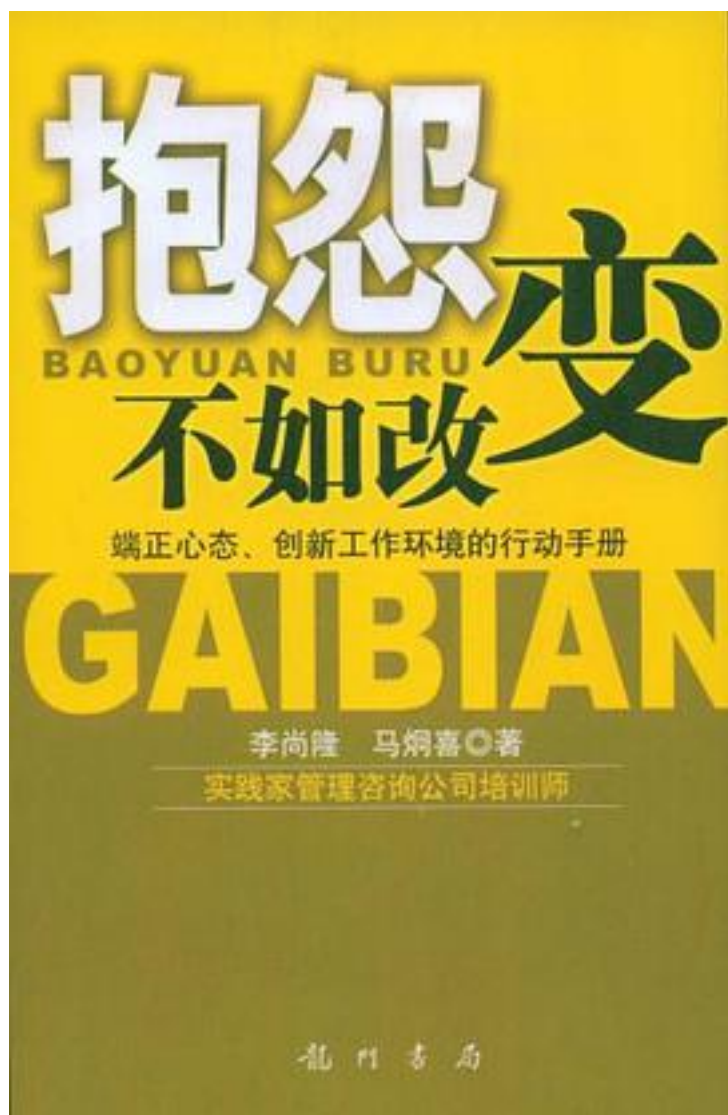


# 抱怨不如改变



[抱怨不如改变\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-3

装帧:

isbn:9787508819761

《抱怨不如改变》主要内容：金融危机给我们的工作、生活、学习都会有不同程度的影响，我们如何应对？面对工作和生活压力，我们怎样解决？如何改善我们不和谐的人际关系？一切的不如意，有现实环境的客观存在，但根本上是心态调整，《抱怨不如改变》既是一本心理自救的完整读本，同时也是一部改变心态的行动指南。

作者介绍:

目录:

[抱怨不如改变\\_下载链接1](#)

标签

评论

很好的一本书

-----  
[抱怨不如改变\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[抱怨不如改变\\_下载链接1](#)