<<活力男士疏解心理大压力>>

图书基本信息

书名：<<活力男士疏解心理大压力>>

13位ISBN编号：9787533518707

10位ISBN编号：7533518705

出版时间：2001-09

出版时间：福建科学技术出版社

作者：英、托尼，巴蒂森

页数：71

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<活力男士疏解心理大压力>>

内容概要

本书分析男士在工作和生活中身心受压的来源及影响，评述各种性格和生活方式的男士在应付压力时的不同表现，介绍如何面对和应付接踵而来的压力、劳累和考验，阐释通过完整而系统的锻炼以消除压力的具体方法。

<<活力男士疏解心理大压力>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>