

<<别为小事抓狂特辑3>>

图书基本信息

书名：<<别为小事抓狂特辑3>>

13位ISBN编号：9781863251846

10位ISBN编号：1863251847

出版时间：1999-9

作者：Richard Carlson

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>

<<别为小事抓狂特辑3>>

内容概要

面对沉重的工作负担，难搞刁鑽的同事、上司，
你是否只能紧张兮兮、不停抱怨，
让自己绷得像压力锅，不知道何时会爆炸？

每一项工作都有它的压力与问题，
承认这样的事实，并试着转换角度，
用开阔自在的心灵、积极正面的行动去面对，
才能真正简甦陞u作抓狂的困境
学习更有耐性、更有智慧、更轻松的处理工作琐事，
就能带动自己心灵中更美好的一面，
进而影响别人，让他们也有最佳表现。

你会花最少的时间去承受沮丧困扰的情绪，
成为最有创意、勇气、弹性与效率的快乐工作人！

<<别为小事抓狂特辑3>>

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>