

《哈佛最熱門的一堂課》

图书基本信息

书名：《哈佛最熱門的一堂課》

13位ISBN编号：9789866638695

10位ISBN编号：9866638693

出版时间：2009-11

作者：秦飛雁

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《哈佛最熱門的一堂課》

內容概要

美國著名學府哈佛大學去年最受歡迎的選修課竟然是「幸福課」，聽課人數超過了王牌課

《經濟學導論》。「幸福課」為何會在哈佛大受歡迎，現代人們物質生活大大豐富，可為什麼還是不開心呢？情緒是心靈的顯示，是我們生活的原動力。雖然我們不能總是完全成功地控制自己的情緒，但這仍是我們為之努力的方向。本書涵蓋之廣，小到日常生活中諸多細微而又重要的細節，全面闡述人生的情緒法則，幫助您在跋涉的旅程中，學會調節情緒，學會管理情緒，從而演繹你一生的美麗。

《哈佛最熱門的一堂課》

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:www.tushu111.com