第一图书网, tushu007.com

<<把握真实的人生>>

图书基本信息

书名：<<把握真实的人生>>

13位ISBN编号：9787544223065

10位ISBN编号：754422306X

出版时间：2002-10

出版时间：南海出版公司

作者：（美）汉纳根

页数：193

字数：120000

译者：黄悦

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

<<把握真实的人生>>

内容概要

真实的自我便于内心深处的那个你，是完完全全的、本质上的你——没有外界的压力，没有家族、社会和信仰对你提出的要求，惟有一个发自心底的声音，告诉你什么是对的，什么是错。
通过真切的感受和对情感的深入探索，我才能挖掘真实自我的潜能，并在生活的方方面面充分发挥这种能量。
表现真实自我的关键，在于我们能否认真审视自己的情绪和感受。
虽然心中有一些区域是我们不愿触及的，但深入其间的探索，能够使我们看清往日生活的局限性，帮助我们跨越诸如缺乏自信，以及他人排斥和辜负等种种阻碍。
越过这一切，我们便将踏入内心世界，见到真正的、完整的、日渐坚强和充实的自己。

<<把握真实的人生>>

作者简介

埃琳·R·汉纳根曾帮助许多人了解了真实的自己，从而实现生活和事业上的转变。
汉纳根毕业于美国旧金山大学，获得人力资源及组织发展两个专业的硕士学位，现任汉纳根咨询公司总裁，总部设于俄勒冈州波特兰市，著《当金钱无法满足你的欲望：在工作中实现价值》。

<<把握真实的人生>>

书籍目录

前言
第一部分 了解真实的自我
第二部分 表达真实的思想
第三部分 把握真实的人生

第一图书网, tushu007.com

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