

# 控制焦虑+控制愤怒+理性情绪+我的情绪为何总被他人左右+拆除你的情绪地雷+接纳自己（6册）



[控制焦虑+控制愤怒+理性情绪+我的情绪为何总被他人左右+拆除你的情绪地雷+接纳自己（6册）\\_下载链接1](#)

著者:[美] 阿尔伯特埃利斯 著

[控制焦虑+控制愤怒+理性情绪+我的情绪为何总被他人左右+拆除你的情绪地雷+接纳自己（6册）\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[控制焦虑+控制愤怒+理性情绪+我的情绪为何总被他人左右+拆除你的情绪地雷+接纳自己（6册）\\_下载链接1](#)

书评

[控制焦虑+控制愤怒+理性情绪+我的情绪为何总被他人左右+拆除你的情绪地雷+接纳自己（6册）\\_下载链接1](#)