

Tags: Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC) libro pdf download, Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC) scaricare gratis, Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC) epub italiano, Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC) torrent, Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC) leggere online gratis PDF

Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC) PDF

Barbara Braghioli



Questo è solo un estratto dal libro di Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC). Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Barbara Braghioli
ISBN-10: 9788891744692
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2938 KB

DESCRIZIONE

"Funzionare bene significa imparare a guardare con obiettività al passato... con attenzione al presente ... con fiducia al futuro ... progettare e programmare le azioni nel proprio giusto tempo della vita". Questa è una guida per la Crescita Olistica Permanente (COP) della persona, cioè per lo sviluppo di un alto grado di equilibrio tra le risorse di mente-cuore-corpo nell'intero ciclo di vita. Mirare al Benessere BioPsico-Sociale significa saper costruire la propria "cassetta degli attrezzi" con cui far fronte alle sfide della quotidianità, imparando a saper sentire (potenziamento emotivo) prima ancora di saper pensare (potenziamento cognitivo) e saper fare (potenziamento comportamentale). Per produrre strategie contingenti e soluzioni efficaci vengono proposti quattro percorsi: conoscenza di sé: autoanalisi e consapevolezza - autoaccettazione e autostima; gestione di sé: autocontrollo e autodisciplina - motivazione e responsabilità; potenziamento sistemico: mediazione e negoziazione - condivisione e cooperazione; formazione olistica permanente: flessibilità e resilienza - cambiamento e innovazione. E' possibile ottenere e gestire una migliore qualità della vita individuale, familiare, lavorativa, scolastica e sociale in generale grazie allo sviluppo del Vero Sé (identità, personalità, valori, credenze e comportamenti equilibrati) e al potenziamento delle Life Skills, cioè l'insieme delle facoltà personali e delle capacità relazionali con cui trasformare gli eventi in opportunità di cambiamento, miglioramento ed evoluzione consapevole.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

... Scopri e diventa chi sei. Impara, prova, cambia! Guida di psicopedagogia integrata evolutiva (PIE) per il potenziamento emotivo cognitivo comportamentale (PECC ...

Prenotazione libri filosofia, religione, psicologia, pedagogia, società e comunicazione, diritto, politica, economia, storia, lingue, arte, letteratura, narrativa ...

Prova: Prova a dirlo con una cena. 20 menu per dare una notizia: Prova a mentirmi. Imparare il linguaggio del corpo per capire gli altri: Prova a raccontare...

**SCOPRI E DIVENTA CHI SEI. IMPARA, PROVA, CAMBIA! GUIDA DI PSICOPEDAGIA
INTEGRATA EVOLUTIVA (PIE) PER IL POTENZIAMENTO EMOTIVO COGNITIVO
COMPORTAMENTALE (PECC)**

[Leggi di più ...](#)