

Tags: Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere libro pdf download, Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere scaricare gratis, Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere epub italiano, Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere torrent, Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere leggere online gratis PDF

Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere PDF

Martin E. P. Seligman



Questo è solo un estratto dal libro di Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Martin E. P. Seligman

ISBN-10: 9788868490942

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 2821 KB

DESCRIZIONE

Per Martin Seligman, il fondatore della psicologia positiva - la teoria che rivoluziona molti dei risultati della psicologia tradizionale -, è possibile insegnare (già a scuola) che cos'è il benessere e capire scientificamente che cosa rende felici le persone. Incentrata attorno a cinque capisaldi l'emozione positiva, il coinvolgimento, il significato, la realizzazione, i buoni rapporti -, la felicità è un obiettivo alla portata di tutti, purché si apprendano e si mettano in pratica i comportamenti corretti, verso gli altri e, innanzitutto, verso sé stessi. Attraverso semplici esercizi e test divertenti, sperimentati con successo negli ambiti più diversi, da quello militare a quello commerciale, da quello medico a quello scolastico - e anche grazie al racconto di numerosi casi reali -, il lettore scoprirà le proprie attitudini e abilità, così come le proprie carenze e i propri blocchi, compiendo così il primo passo verso il flourishing e il superamento dei vincoli imposti dalla società. A dieci anni da "La costruzione della felicità", Seligman propone qui l'esposizione della sua teoria sulle straordinarie possibilità insite nella natura dell'uomo.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

"FAI FIORIRE LA TUA VITA Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere" di Martin SELIGMAN (ANTEPRIMA Edizioni) descrive la teoria che ...

fai_fiorire_la_tua_vita_una_nuova_rivoluzionaria_visione_della_felicit_a_del_benessere.pdf
Workbook For Diagnostic Medical Sonography: The Vascular System...

Fai fiorire la tua vita. Una nuova, rivoluzionaria visione della felicità e del benessere è un libro di Martin E. P. Seligman pubblicato da Anteprima Edizioni ...

**FAI FIORIRE LA TUA VITA. UNA NUOVA, RIVOLUZIONARIA VISIONE DELLA FELICITÀ
E DEL BENESSERE**

[Leggi di più ...](#)