

Tags: Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale libro pdf download, Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale scaricare gratis, Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale epub italiano, Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale torrent, Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale leggere online gratis PDF

Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale PDF

Nicola Giaconi



Questo è solo un estratto dal libro di Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Nicola Giaconi
ISBN-10: 9788891706850
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2846 KB

DESCRIZIONE

I concetti e le pratiche del miglioramento di sé sono da anni oggetto di divulgazione e formazione in moltissimi ambiti della vita delle persone. Abbiamo scelto i termini "eccellenza" e "wellness" perché riassumono il nostro approccio allo sviluppo personale, che integra l'acquisizione di metodi che impegnano la mente, il corpo, e lo spirito. Con eccellenza intendiamo la possibilità di usare il meglio che ci è dato in quanto esseri umani coscienti, in armonia con la nostra irripetibile unicità e il senso che vogliamo dare alla nostra esistenza. Con wellness ci riferiamo al rapporto con il nostro corpo e i nostri sensi: ospitano le nostre emozioni, devono appoggiare le nostre azioni e, volenti o nolenti, sono i nostri migliori compagni di viaggio nel goderci la vita per quella che è. In questo libro presentiamo un percorso di sviluppo personale sulla base della nostra esperienza di psicologi e coach di formazione. E strutturato in brevi moduli di apprendimento, che possono essere avvicinati agevolmente a piccoli passi, giornalieri o settimanali, e applicati con pochi minuti di attenzione al giorno. Imparare e cambiare sono cose divertenti: possono essere fatte quando e come se ne ha voglia, seguendo i propri ritmi e le proprie inclinazioni. Gli esercizi sono stati condivisi con migliaia di persone alle prese con la ricerca di relazioni più piene, di lavori più soddisfacenti, di un rapporto con sé stesse più ricco e sereno.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Read "Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale Un percorso guidato di miglioramento personale" by Nicola Giaconi with Rakuten Kobo.

Wellness e eccellenza. Un percorso guidato di miglioramento personale è un eBook di Giaconi, Nicola , Tedesco, Kuteer F. pubblicato da Franco Angeli a 14.00€. Il ...

Eccellere e stare bene - per quanto semplice possa sembrare - significa porsi per prima cosa in rapporto con la propria mente e il proprio corpo: per conoscere i ...

**WELLNESS E ECCELLENZA. UN PERCORSO GUIDATO DI MIGLIORAMENTO
PERSONALE**

[Leggi di più ...](#)