

Tags: Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità libro pdf download, Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità scaricare gratis, Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità epub italiano, Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità torrent, Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità leggere online gratis PDF

Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità PDF

Lucia Giovannini



Questo è solo un estratto dal libro di Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Lucia Giovannini
ISBN-10: 9788820051921
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2386 KB

DESCRIZIONE

C'è qualcosa che non va nella tua vita? A volte sei prigioniero di rapporti e situazioni conflittuali o frustranti? Niente paura: è normale ed esiste una soluzione. Se litighi spesso, se l'ansia ti divora, se ti sembra che tutti pensino male di te sei vittima di una - o più - delle 15 trappole per rovinarti la vita che Lucia Giovannini, esperta in psicologia e formazione, ha individuato e che in questo libro insegna a evitare. I tuoi problemi nascono da schemi di comportamento che sono diventati abitudini e che a lungo andare si rivelano nocivi, perché "scattano" quasi automaticamente senza che tu te ne renda conto o possa valutare delle alternative. Per liberartene devi imparare a riconoscerli. C'è chi non ascolta le proprie emozioni, chi si arrocca nel passato, chi cerca sempre un colpevole, chi vorrebbe piacere a tutti, chi dice sempre sì... Leggendo queste pagine, scoprirai molte cose su di te che non immaginavi, imparerai a individuare quali sono gli errori che tendi a ripetere e potrai attuare le tecniche messe a punto dall'autrice e sperimentate con successo su migliaia di persone per ritrovare un rapporto più consapevole, libero e gioioso con te stesso e con gli altri.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Libera la tua vita Come evitare le trappole sulla strada della felicità I grilli Che c'è qualcosa che non va nella tua vita A volte sei prigioniero di rapporti e ...

Psicologia e Filosofia Lucia Giovannini Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità

Acquista il libro Libera la tua vita. Come evitare le 15 trappole sulla strada della felicità di Lucia Giovannini in offerta; lo trovi online a prezzi scontati su La ...

**LIBERA LA TUA VITA. COME EVITARE LE 15 TRAPPOLE SULLA STRADA DELLA
FELICITÀ**

[Leggi di più ...](#)