

Keywords: Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità libro pdf download, Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità scaricare gratis, Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità epub italiano, Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità torrent, Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità leggere online gratis PDF

Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità PDF

Barbara Berckhan



Questo è solo un estratto dal libro di Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Barbara Berckhan
ISBN-10: 9788807888748
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2109 KB

DESCRIZIONE

Situazioni offensive, atteggiamenti sgarbati e pretese eccessive: ognuno di noi li conosce bene. Li viviamo ogni giorno e spesso li richiamiamo alla mente più e più volte ingigantendoli. Purtroppo è quasi impossibile stare alla larga da quanto ci disturba. In quei casi tornerebbe estremamente utile possedere una solida corazza, una sorta di airbag che ci permetta di mantenere la calma quando non resta altro da fare, se non accettare le cose come stanno e affrontarle al meglio. Come dotarsi, però, di questa preziosa protezione? Barbara Berckhan ce lo spiega, dandoci tutte le indicazioni necessarie per valorizzare le nostre energie ed esprimere le nostre risorse interiori che ci possono rendere più forti e, in qualche modo, invulnerabili. Dall'autrice di "Piccolo manuale di autodifesa verbale" una nuova guida pratica per gestire con sicurezza e tranquillità situazioni e persone irritanti. Vi prendete a cuore qualsiasi problema? Faticate a mantenere la calma se qualcosa o qualcuno non si comporta come vorreste? Siete facilmente irritabili o ipercritici nei confronti di voi stessi e degli altri? Barbara Berckhan presenta tecniche facili ed efficaci di cui armarci per affrontare le situazioni quotidiane sgradevoli e trasformare la nostra vulnerabilità in forza ed equilibrio.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Piccolo manuale per persone vulnerabili : costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità / Barbara Berckhan ; traduzione di Cristina Malimpensa

Piccolo manuale per persone vulnerabili. Costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità PDF Download Ebook Gratis Libro ~Essa7c6ff50522

Piccolo manuale per persone vulnerabili : costruirsi una corazza personale e non perdere la serenità / Barbara Berckhan Milano : Feltrinelli, 2015 E-book

**PICCOLO MANUALE PER PERSONE VULNERABILI. COSTRUIRSI UNA CORAZZA
PERSONALE E NON PERDERE LA SERENITÀ**

[Leggi di più ...](#)