

Non t'incazzare! PDF

Daniel Palacios



Questo è solo un estratto dal libro di Non t'incazzare!. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Daniel Palacios
ISBN-10: 9788869875793
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3725 KB

DESCRIZIONE

Un libro dedicato a tutti. perché tutti si incazzano ma pochi sanno trasformare la rabbia in energia positiva. Con questo libro scoprirai come. In un attacco di rabbia hai detto cose di cui ti vergogni? Hai rovinato una riunione di famiglia o complicato le cose al lavoro? L'ira è una reazione naturale. Ma è importante imparare a gestirla, così da trasformarla in una forza positiva. Daniel Palacios insegna a: riconoscere le nostre emozioni esercitarsi nelle tecniche di autocontrollo; utilizzare la nostra energia per farci rispettare dagli altri; migliorare i rapporti personali.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Gioca al non t'arrabbiare online sfidando migliaia di giocatori su Mundigiochi. Chatta e divertiti giocando al miglior gioco di non t'arrabbiare online.

Leggi «Non t'incazzare!» di Daniel Palacios con Rakuten Kobo. Ti è difficile tenere sotto controllo l'umore? In un attacco d'ira hai detto o fatto cose di cui ...

UN LIBRO DEDICATO A TUTTI PERCHE' RABBIA E AGGRESSIVITA' SONO LE EMOZIONI
NEGATIVE PIU' DIFFUSE Ti e' difficile tenere sotto controllo l'umore? In un attacco d ...

NON T'INCAZZARE!

[Leggi di più ...](#)