

Imparare a dire no PDF

Paolo Ragusa



Questo è solo un estratto dal libro di Imparare a dire no. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Paolo Ragusa
ISBN-10: 9788817068376
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3368 KB

DESCRIZIONE

"Puoi finire questo lavoro per me?" "Sì..." "Vai tu a fare la spesa?" "Sì..." "Ci pensi tu a organizzare la cena di sabato?" "Sì..." Dal lavoro all'amore, dalla famiglia agli amici, sono tante le situazioni in cui tutti noi vorremmo dire "no" e invece, per paura e timidezza, rispondiamo con un rassegnato "sì", anche quando le conseguenze del nostro assenso si prospettano faticose e difficili... Ma perché non riusciamo ad affermare con serenità il nostro dissenso? In questo saggio Paolo Ragusa ci mostra come le nostre inibizioni possono avere origini complesse e diverse tra loro e, guidandoci alla scoperta delle motivazioni profonde che ci portano all'accettazione, ci insegna, anche grazie a chiare indicazioni ed esercizi pratici, ad affermare con maggiore consapevolezza la nostra volontà, e vivere in modo più limpido e proficuo il nostro rapporto con gli altri.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Per stare bene devi sacrificare quella parte di te che vuole compiacere tutti. Il segreto è imparare a dire no per riappropriarti del tuo potere personale!

Una vita passata a compiacere gli altri porta inevitabilmente ad essere insoddisfatti: cerca sempre la tua "direzione", vivrai felice e bene con te stesso.

Questa è la traduzione dell'articolo Getting to No di Greg Hoy, pubblicato originariamente su A List Apart il 20 Ottobre 2009. La traduzione viene qui presentata ...

IMPARARE A DIRE NO

[Leggi di più ...](#)