

Pensare e agire in positivo PDF

Vera Peiffer



Questo è solo un estratto dal libro di Pensare e agire in positivo. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Vera Peiffer
ISBN-10: 9788834423059
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3198 KB

DESCRIZIONE

Un approccio pratico al pensiero positivo, frutto dell'esperienza pluriennale di una delle voci più autorevoli nell'ambito di questa filosofia di vita. L'autrice con questo volume (già pubblicato con il titolo "Il nuovo pensiero positivo") propone un testo di consultazione per chiunque intenda aiutare se stesso e i propri cari a vivere serenamente la quotidianità grazie ad alcune semplici tecniche mentali. I temi spaziano dalla scuola alla formazione, dal lavoro ai rapporti familiari. Per ogni argomento, l'autrice fornisce consigli e spunti di riflessione - nonché esercizi pratici - per migliorare la qualità della vita superando disagi apparentemente secondari, come cefalee, dolori mestruali e stress, e problemi più seri, come rabbia, paura, disturbi legati all'insicurezza o all'alimentazione.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Acquista il libro *Pensare e agire in positivo* di Vera Peiffer in offerta; lo trovi online a prezzi scontati su La Feltrinelli.

Pensare positivo in ambito sportivo comporta l'incremento delle prestazioni, e il miglioramento del benessere interiore.

PENSARE E AGIRE IN POSITIVO

[Leggi di più ...](#)