

Tags: Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi libro pdf download, Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi scaricare gratis, Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi epub italiano, Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi torrent, Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi leggere online gratis PDF

Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi PDF

Anne Van Stappen



Questo è solo un estratto dal libro di Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Anne Van Stappen
ISBN-10: 9788869876325
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2340 KB

DESCRIZIONE

Sappiamo tutti quanto sia importante essere ascoltati quando siamo in difficoltà, o anche quando siamo felici. Purtroppo però non sempre è possibile ricevere l'attenzione di cui abbiamo bisogno. Perché dunque non imparare a diventare noi stessi quell'amico partecipe, sempre presente e disponibile nei nostri confronti? Essere capaci di ascoltarsi in profondità è l'unico modo per far entrare nella propria vita la consapevolezza e la lucidità, e per prendersi cura di sé. Inoltre, questa capacità genera per sua natura benevolenza verso se stessi e attenzione verso gli altri: in questo modo tutti ci guadagnano! Gli esercizi di questo Quaderno insegnano l'arte di ascoltarsi, guidandoci a riconoscere i nostri ritmi e a identificare i nostri bisogni, grazie ai potenti strumenti della Comunicazione NonViolenta. Tirate fuori penne e matite colorate e riempite di parole e colori la vostra vita quotidiana: questo Quaderno, pieno di facili esercizi e di note positive, vi aiuterà, vi diventerà e vi rilasserà.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Quaderno d'Esercizi di ... Grazie a questo Quaderno sarà possibile imparare ad ascoltare con attenzione tutti i nostri sensi e a osservare noi stessi e la ...

Acquista online da un'ampia selezione nel negozio Libri. ... "quaderno d'esercizi" Annullare

Quaderno d'esercizi per imparare ad ascoltarsi è un libro di Anne Van Stappen pubblicato da Vallardi A. : acquista su IBS a 17.60€!

QUADERNO D'ESERCIZI PER IMPARARE AD ASCOLTARSI

[Leggi di più ...](#)