

none PDF

Christina Berndt



Questo è solo un estratto dal libro di none. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Christina Berndt
ISBN-10: 8022264845366
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3701 KB

DESCRIZIONE

Se pensate che la felicità sia il massimo a cui aspirare, è perché non avete ancora letto questo libro. Per la sua autrice, infatti, è soprattutto una fregatura: qualcosa che arriva ogni tanto, dura pochissimo e se ne va. Molto meglio, invece, aspirare alla contentezza, ovvero uno stato di soddisfazione che può diventare permanente e che si può imparare, perché è il risultato di processi mentali. Facendo il punto sulle conoscenze acquisite da neurobiologi, genetisti e psicologi, Christina Berndt racconta cosa accade a livello neurologico e fisiologico quando siamo soddisfatti, spiega come ciò dipenda più da personalità e genetica che da fattori ambientali esterni e ci svela come possiamo ottenerla. In breve, ci regala il segreto per essere molto più che felici: soddisfatti di noi stessi e contenti della nostra vita. "Scientificamente fondato e davvero motivante". P.M. Magazin "Un libro intelligente". Mitteldeutsche Zeitung Christina Berndt (1969) collabora con il "Süddeutsche Zeitung" nei settori della medicina, scienze della vita e società. Ha lavorato per "Der Spiegel", "Deutsche Presse-Agentur", "Süddeutscher Rundfunk" come giornalista scientifica. Nel 2006 ha ricevuto lo European Science Writers Award, premio europeo per la divulgazione scientifica, ed è stata eletta tra le prime tre migliori giornaliste scientifiche del 2013. Il suo libro, *Il segreto della resistenza psichica* (2015), rimasto per mesi in cima alla classifica dei bestseller dello "Spiegel", è stato tradotto in otto lingue e nominato tra i migliori libri di divulgazione scientifica del 2014.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Visualizza la mappa di None - CAP 10060: cerca indirizzi, vie, cap, calcola percorsi stradali e consulta la cartina della città: porta con te gli stradari Tuttocittà.

Contatti. Piazza Cavour 9 - 10060 None (TO) C.F. 85003190015 P. Iva 02393730011 Fax: 011/9863053 Tel: 011/9990811 Email: protocollo@comune.none.to.it

Seen and Heard. What made you want to look up none? Please tell us where you read or heard it (including the quote, if possible).

[Leggi di più ...](#)