

Keywords: Mi vado bene? Autostima e assertività libro pdf download, Mi vado bene? Autostima e assertività scaricare gratis, Mi vado bene? Autostima e assertività epub italiano, Mi vado bene? Autostima e assertività torrent, Mi vado bene? Autostima e assertività leggere online gratis PDF

Mi vado bene? Autostima e assertività PDF

Michele Giannantonio



Questo è solo un estratto dal libro di Mi vado bene? Autostima e assertività. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Michele Giannantonio
ISBN-10: 9788861375574
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1207 KB

DESCRIZIONE

Per sentirci bene con noi stessi e con gli altri è importante saper coltivare la nostra autostima e reagire in modo assertivo a molte situazioni del quotidiano, lavorative e non. "Mi vado bene?" è un manuale di auto aiuto che fornisce al lettore spunti di riflessione e suggerimenti per capire in profondità le proprie potenzialità e riconoscere i comportamenti più efficaci per ottenere il meglio dalle relazioni con gli altri. Ricco di esempi e di attività pratiche che insegnano a riconoscere gli atteggiamenti sbagliati e i pensieri limitanti che possono disturbare le nostre relazioni sociali, è un libro che non va letto tutto d'un fiato, senza mai interrompersi, come un romanzo, ma va sfogliato in momenti diversi, a volte rapidamente, a volte lentamente, inserendo anche delle pause tra una lettura e l'altra per poter riflettere e assimilare quanto si legge e metterlo alla prova nella vita di tutti i giorni. Di facile lettura, fornisce consigli utili per affrontare in modo diverso e più efficace situazioni di vita percepite come problematiche e per imparare ad apprezzarsi di più e a sfruttare al meglio le proprie risorse individuali.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Mi vado bene? Autostima e assertività, Libro di Michele Giannantonio. Sconto 15% e Spedizione con corriere a solo 1 euro. Acquistalo su libreriauniversitaria.it!

Addita Ad Theoph Christoph Harlesii Breviorem Notitiam Litteraturae Romanae In Primis Scriptorum Latinorum Ordini Temporis Adcommodatam In Usum Scholarum PDF Online

MI VADO BENE? AUTOSTIMA E ASSERTIVITÀ

[Leggi di più ...](#)