

Vola via! Meriti di essere felice PDF

Francesca Saccà



Questo è solo un estratto dal libro di Vola via! Meriti di essere felice. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Francesca Saccà
ISBN-10: 9788892660120
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4042 KB

DESCRIZIONE

"Vola via! Meriti di essere felice" è una guida pratica italiana al No Contact (Nessun Contatto), strumento utile che deve essere utilizzato da tutte quelle persone che hanno la necessità di chiudere una relazione affettiva nociva. In questo testo Francesca Saccà, psicoterapeuta e Leonardo Capocchia, Life Coach, accompagnano il lettore a capire quando e perché è necessario distaccarsi da una relazione tossica e come farlo in modo efficace al fine di stabilire dei sani confini. Oltre ad aspetti teorici che spiegano in dettaglio in cosa consiste la regola del No Contact e come va applicata, il libro contiene esercizi specifici che guidano il lettore a chiudere in modo efficace una relazione nociva per il suo benessere psicologico e fisico e trasformare questa esperienza in una preziosa opportunità di rinascita. Questo manuale sul No Contact è un valido strumento d'aiuto sia per la persona che è direttamente coinvolta in una relazione tossica, sia per tutti quei professionisti che desiderano incrementare le loro conoscenze sulla materia e che, per esigenze lavorative, entrano in contatto con tali dinamiche relazionali.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Vola Via Meriti Di Essere Felice.pdf Tomb Of Annihilation (238 reads) Slam Dunk - Volume 1 (257 reads) O Sol Tambã©m ã%o Uma Estrela (668 reads)

Leggi «Vola via! Meriti di essere felice» di Francesca Saccà con Rakuten Kobo. Vola via! Meriti di essere felice è la prima Guida pratica italiana al No Contact ...

Vola via! Meriti di essere felice è la prima Guida pratica italiana al No Contact (Nessun Contatto), strumento indispensabile che deve essere utilizzato da tutte ...

VOLA VIA! MERITI DI ESSERE FELICE

[Leggi di più ...](#)