

Zero paranoia PDF

Fabio Gherardelli



Questo è solo un estratto dal libro di Zero paranoie. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Fabio Gherardelli
ISBN-10: 9788804617693
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2288 KB

DESCRIZIONE

Molto spesso i problemi nascono dentro di noi e si nutrono delle nostre insicurezze. Nella fase adolescenziale ma anche in quella adulta vediamo difficoltà che non esistono, creiamo mostri che in realtà sono draghi di cartone. Per qualche ragione profonda, siamo proprio noi che autolimitiamo la nostra felicità e la nostra realizzazione. Fabio Gherardelli è uno psicologo specializzato nella psicoterapia breve. In questo manuale individua le principali paranoie che affliggono molti di noi e offre un metodo per liberarsene in poche regole: imparare a guardarsi da lontano, darsi degli obiettivi, non fare paragoni, non lamentarsi e soprattutto agire per trovare la libertà interiore.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Compra il libro Zero paranoie di Fabio Gherardelli; lo trovi in offerta a prezzi scontati su Giuntialpunto.it

Compra Libro Zero paranoie di Gherardelli Fabio edito da Mondadori nella collana Ingrandimenti su Libreria Vita e Pensiero

Issuu is a digital publishing platform that makes it simple to publish magazines, catalogs, newspapers, books, and more online. Easily share your publications and get ...

ZERO PARANOIE

[Leggi di più ...](#)