

Diario della gratitudine PDF

Assunta Corbo



Questo è solo un estratto dal libro di Diario della gratitudine. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Assunta Corbo
ISBN-10: 9788899628048
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1759 KB

DESCRIZIONE

Il diario della gratitudine, proposto dalla giornalista, produttrice e filantropa americana Oprah Winfrey agli inizi degli anni Novanta, è stato oggetto di studio da parte dello psicologo e ricercatore americano Robert A. Emmons che ne ha evidenziato gli straordinari benefici. Il diario della gratitudine è una vera svolta nella propria vita. Aiuta a renderci più forti, ad acquisire consapevolezza di ciò che abbiamo, ci rende ricchi e ci rende gioiosi. Il suo straordinario potere ne fa uno strumento ideale nei momenti di difficoltà e nelle grandi sfide della vita. Il cambiamento di punto di vista che determina è la chiave di tutto. Il Diario della Gratitudine nasce da un'idea di Do it human Editori che ha pubblicato nel 2015 "Dire, Fare... Ringraziare" con Assunta Corbo, autrice, speaker e giornalista. Assunta ha scoperto personalmente il potere della gratitudine e ne ha fatto una missione.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

5 suggerimenti utili a compilare un buon diario della gratitudine e avvicinarsi alla felicità

Il Diario della Gratitudine è un inno alla vita, un meraviglioso modo di rendere omaggio ad ogni vostro giorno...

Fondata nel 2015 da Diego Leone, Do it human si occupa di editoria e comunicazione. Se vuoi scoprire di più su di noi... Segui il battito!

DIARIO DELLA GRATITUDINE

[Leggi di più ...](#)