

Keywords: La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo libro pdf download, La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo scaricare gratis, La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo epub italiano, La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo torrent, La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo leggere online gratis PDF

La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo PDF

Roy F. Baumeister



Questo è solo un estratto dal libro di La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Roy F. Baumeister
ISBN-10: 9788850238675
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4775 KB

DESCRIZIONE

I principali problemi personali e sociali derivano dalla mancanza di autocontrollo. Ma le persone possono resistere alle tentazioni e controllarsi? Sì, perché la forza di volontà funziona come un muscolo, e come tale si può allenare. Le ricerche di Baumeister hanno svelato come il successo - una famiglia felice, la sicurezza economica, una salute di ferro - si basi su due presupposti, l'intelligenza e l'auto-disciplina, e come lo si possa raggiungere in larga misura grazie al controllo di se stessi. Questo libro insegna non soltanto a migliorare la forza di volontà e l'autocontrollo, ma anche a conservarli nei momenti cruciali, fissando i giusti obiettivi e usando le tecniche più raffinate per monitorare i progressi ottenuti.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Scarica la La forza di volontà. Come sviluppare i muscoli del successo libro in formato file PDF gratuitamente al libriepub.tk.

Come Avere Forza di Volontà. La forza di volontà, nota anche come autodisciplina, self-control o determinazione, è l'abilità di controllare i propri comportamenti ...

La maggior parte della gente ammira e rispetta le persone forti, che ottengono un grande successo esercitando la forza di volontà e l'autodisciplina. La gente ammira ...

LA FORZA DI VOLONTÀ. COME SVILUPPARE I MUSCOLI DEL SUCCESSO

[Leggi di più ...](#)