

Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo



Titolo: **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo**

Autore: **Martin M. Antony, Richard P. Swinson**

EAN: **9788889627075** Editore: **Eclipsi**

Anno edizione: **2008**

- [Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo.pdf](#) [PDF]
- [Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo.epub](#) [ePUB]

Molte persone hanno standard di comportamento talmente elevati da compromettere il proprio benessere psicologico e, molto spesso, anche i rapporti con le persone che hanno accanto. Questo libro, grazie ad un'esposizione agile ma scientificamente rigorosa, consente di penetrare la complessità dei diversi fattori che caratterizzano il perfezionismo patologico. Vengono analizzati gli aspetti cognitivi e comportamentali alla base di questo atteggiamento di estrema rigidità verso se stessi e gli altri e, attraverso tecniche di comprovata efficacia clinica, vengono forniti gli strumenti per valutare l'intensità del proprio perfezionismo e per affrontarne adeguatamente i problemi ad esso associati. L'ultima parte del volume, infine, è dedicata alle possibili interazioni tra perfezionismo e altri disturbi psicologici (come depressione, ansia, disturbi ossessivo-compulsivi, disturbi alimentari, fobia sociale, ecc.) e fornisce utili indicazioni terapeutiche per ognuna delle patologie trattate. Un articolo sul perfezionismo e le migliori strategie per liberarsene, godersi la vita e realizzare i propri sogni. Etimologia del termine. La parola italiana libro deriva dal latino liber. Il vocabolo originariamente significava anche "corteccia", ma visto che era un materiale. Vuoi scoprire come studiare bene e velocemente? In questo articolo troverai alcune delle migliori strategie per migliorare il tuo metodo di studio e portare a casa. News 24 Maggio 2017 ETJCA HA ORGANIZZATO A ROMA IL PRIMO CAREER DAY PER ADDETTI AI CONTACT CENTER.

Orientamento al lavoro, raccolta di candidature e CV, presentazione.

Scopri Nessuno è perfetto.

Strategie per superare il ... Nessuno è perfetto.

Strategie per superare il ... che caratterizzano il perfezionismo ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il ...

che caratterizzano il perfezionismo ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo (PDF.EPUB.TXT.FB2.DOC) Martin M. Antony.

... Strategie per superare il perfezionismo; Nessuno è perfetto. Scaricare Libri Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo di Martin M. Antony, Richard P. Swinson, N. Marsigli, G. Melli Online Gratis PDF Epub Kindle ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo (Italian) ... Title: Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo PDF By: ... Strategie per superare il perfezionismo Keywords: Book, eBook, Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo. ... Nessuno è perfetto PDF. Autore: Martin M. Antony, Richard P.

Swinson. Strategie per superare il perfezionismo PDF. > Psicologia e Psichiatria > Nessuno è perfetto. Strategie per superare il ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il ... caratterizzano il perfezionismo ... 4/30/2010 · ... Nessuno è Perfetto. ... Nessuno è perfetto. Strategie per superare il ... l'intensità del proprio perfezionismo e per affrontarne adeguatamente ...

Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo è un libro di Martin M. Antony , Richard P. Swinson pubblicato da Eclipsi nella collana Liberamente ... Scopri **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo** di Martin M. Antony, Richard P. Swinson, N. Marsigli, G. Melli: spedizione gratuita per i clienti ... **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo** è un eBook di Antony, Martin M. , Swinson, Richard P. pubblicato da Eclipsi a 11.49€. Il file è in ... **Nessuno E Perfetto. Strategie Per Superare Il Perfezionismo** PDF Download Free One of the best books of the year is a book titled **Nessuno E Perfetto** ... **NESSUNO E' PERFETTO**, ANTONY M.M. / SWINSON R.P., Eclipsi, Psicologia - Acquista e ordina libri e testi di medicina, Psicologia direttamente online **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo**, Libro di Martin M. Antony, Richard P. Swinson. Sconto 4% e Spedizione con corriere a solo 1 euro. Free **Nessuno E Perfetto. Strategie Per Superare Il Perfezionismo** PDF Download. Why should be this Free **Nessuno E Perfetto. Strategie Per Superare Il** ... Bibliografia. Martin M. Antony, M.M.

Antony & R.P. Swinson, **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo**, Ed.

Eclipsi, 2008, ISBN 978-88-89627-07-5 **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo** (PDF.EPUB.TXT.

FB2.DOC) Martin M. Antony.

Kindel Price: Dettagli del libro Titolo: **Nessuno è perfetto**.

Consultare utili recensioni cliente e valutazioni per **Nessuno è perfetto. Strategie per superare il perfezionismo** su amazon.it. Consultare recensioni obiettive e ...