

Maravillosamente Imperfecto, Escandalosamente Feliz

WALTER RISO
MARAVILLOSAMENTE
IMPERFECTO,
ESCANDALOSAMENTE
FELIZ



Diez premisas liberadoras
que transformarán tu vida
de manera radical

Planeta/Zenith

Fecha de publicación: 1 marzo, 2016

Editor: Zenith

Autor: Walter Riso

Longitud de impresión: 272

Idioma: Español

PDF

¿Te exiges demasiado? ¿Te comparas constantemente con los demás y tienes la sensación de que no das la talla? ¿Te sientes estresado, malhumorado, triste o ansioso cuando no sale todo bien? Bienvenido al club, eres víctima del perfeccionismo irracional, una forma de pensar que te limita y de la que Walter Riso te ayudará a liberarte. En este libro, el psicólogo que ha revolucionado medio mundo con la aplicación de la psicología cognitiva, nos explica diez premisas liberadoras que nos ayudarán a enfrentarnos a todas aquellas creencias irracionales que nos han inculcado desde niños y que tan dañi

<http://yep.pm/un8L2hUi5/VPwygvUAy.pdf.rar>