

TECNICAS DE MINDFULNESS PARA LA VIDA DIARIA



DUNKLEY,/ STANTON

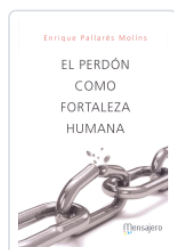
SINOPSIS

El mindfulness es una técnica para controlar la mente en lugar de dejarse controlar por ella. Es una destreza, una forma de aplicar la psicología para mejorar la propia vida, válida para todo tipo de personas. En este libro no se busca ofrecer teorías, s ...



Editorial	MENSAJERO (G.LOYOLA)
Materia	PSICOLOGIA- PSIQUIATRIA- PSICOANALISIS
Colección	PSICOLOGIA
EAN	9788427140578
Status	Disponible
Páginas	184
Tamaño	200xx mm.
Peso	218
Precio (Imp. inc.)	13,90€
Fecha de lanzamiento	05/09/2017

Títulos relacionados



PERDON COMO FORTALEZA HUMANA
PALLARES MOLINS, ENRIQUE



HACIA EL SENTIDO
METAFORAS, REFLEXIONES Y PINCELADAS EDUCATIVAS
CONESA, MIGUEL ANGEL



NO ERES QUIEN TU CREES (ERES MUCHO MAS)(OFERTA)
RICHIO, DAVID