

Per la salute e la dignità,
prendi posizione.



Tutti i libri per ragazzi, libri d'arte e fumetti con sconto 20% fino all'1 marzo!

[Home Libri](#)

[Ricerca completa](#)

[Carrello acquisti](#)

[I tuoi dati](#)

[Aiuto e FAQ](#)

[I tuoi ordini](#)

[Area partner](#)

Benvenuto info@apogeoform.net! [Disconnetti](#)



Tecniche per superare l'ansia e mantenere il self control nel lavoro e nella vita...

Ricerca

- Libri Books
 Dischi DVD
 Games

[Ricerca completa](#)



Promozioni in corso

Remainders -50%
Libri nuovi a metà prezzo

OFFERTE -25% speciali

Top100
i libri più venduti da IBS

Titolo Tecniche per superare l'ansia e mantenere il self control nel lavoro e nella vita privata

Autore [Boschi Paolo](#); [Sprugnoli Lucia](#)

Prezzo € 7,50

Dati 160 p.

Anno 2000

Editore [Giunti Demetra](#)

Collana [Management](#)

Normalmente disponibile
per la spedizione entro
2 giorni lavorativi

Metti nel carrello

(Potrai sempre toglierlo in seguito)

Prezzo in altre valute:

 \$ 9.00  Y. 1.155

 £ 5.03  F 11.93

[Segnala questo libro a un amico](#)
[Invia un tuo commento sul libro](#)

Descrizione

Questo manuale, con un taglio semplice e concreto, si occupa dello sterminato esercito degli stressati di confine, di quelli occasionale e anche di quelli non consapevoli. Di questo esercito entriamo a far parte tutti, presto o tardi, per un'ora o per un anno, chi legge questo libro e chi l'ha scritto. Il manuale vuole stimolare e offrire degli spunti e delle tecniche per superare i momenti di stress.

I vostri commenti

Federica (31-05-2004)

Ottimo libro: chiaro, esustivo e, soprattutto efficace.

Voto: 5 / 5

Invia i tuoi commenti su questo libro a iBS Italia

Se hai letto questo libro e desideri inviare una **tua breve recensione** fai [clic qui](#).

La tua recensione comparirà in questa pagina.

Se vuoi semplicemente contattare iBS Italia non usare questa opzione, mandaci invece una [e-mail](#).

Jenny