

UZDRAWIANIE GNIEWNEGO MÓZGU



Cena: 29,80 PLN

Opis słownikowy

Autor	Potter-Efron Roland
ISBN	978-83-60747-80-3
Rok wydania	2013
Wydawca	Instytut Psychologii Zdrowia

Tabela cech produktu

Okładka	Miękka
Liczba stron	238
Format	130×205

Opis produktu

Gniewny mózg jest połączony z gniewnym ciałem i przyczynia się do gniewnych działań, a te z kolei wpływają na każdy neuron w mózgu. Innymi słowy, gniewne mózgi tworzą gniewne ciała, a te kolejno kształtują gniewne mózgi – to błędne koło może niepotrzebnie uwięzić człowieka w gniewnym świecie.

Lektura książki pomoże opracować osobisty program „reedukacji” mózgu, który osłabi twój gniew i pomoże ci prowadzić lepsze życie.”