



Fobie. Conoscerle e sconfiggerle per ritrovare la libertà perduta.

By Perna, Giampaolo

Edizioni Piemme, 2011. Book Condition: new. Casale Monferrato, 2011; br., pp. 240, cm 13x21. Non riuscire a chiudere occhio tutta la notte pensando al ragno che potrebbe essere entrato nella stanza; dover limitare i propri viaggi o la propria carriera perché salire su un aeroplano è come smettere di respirare; essere costretti a rinunciare a concerti, shopping e cinema a causa dei disturbi creati dalla folla. Sono solo alcuni esempi di come le fobie possano paralizzare e ingabbiare la nostra vita. Agorafobia, fobia sociale, fobia delle malattie, fobia del sangue, fobia del cibo: le paure irrazionali che colpiscono, a oggi, oltre 10 milioni di Italiani sono le più disparate. Ma come nascono? In realtà non sono che versioni eccessive e sproporzionate di semplici reazioni di paura, ossia la più importante emozione difensiva dell'essere umano e, in generale, di tutti gli esseri viventi. La paura ci aiuta a reagire di fronte ai potenziali pericoli, attivando il corpo e la mente per rendere disponibili tutte le risorse necessarie ad affrontare gli ostacoli oppure evitarli, in modo da suscitare la tipica reazione di "lotta o fuga" che è fondamentale per la nostra sopravvivenza. È dunque come un campanello d'allarme, che va ascoltato per...



READ ONLINE
[2.27 MB]

Reviews

Merely no phrases to describe. It really is rally intriguing throug reading time. I am happy to tell you that this is basically the greatest book i have go through in my own lifestyle and might be he greatest book for ever.

-- **Kattie Wunsch**

Extensive information for ebook lovers. It typically is not going to expense too much. I discovered this book from my i and dad recommended this pdf to learn.

-- **Prof. Gerardo Grimes III**

You May Also Like



Read Write Inc. Phonics: Orange Set 4 Storybook 7 Come on, Margo! (Paperback)

Oxford University Press, United Kingdom, 2016. Paperback. Book Condition: New. Tim Archbold (illustrator). 180 x 100 mm. Language: N/A. Brand New Book. These engaging Storybooks provide structured practice for children learning to read the Read Write Inc. Set 1 and 2 sounds....



Read Write Inc. Phonics: Green Set 1 Storybook 2 My Dog Ned (Paperback)

Oxford University Press, United Kingdom, 2016. Paperback. Book Condition: New. Tim Archbold (illustrator). 210 x 148 mm. Language: N/A. Brand New Book. These engaging Storybooks provide structured practice for children learning to read the Read Write Inc. Set 1 sounds. Each set...



Read Write Inc. Phonics: Green Set 1 Storybook 3 Six Fish (Paperback)

Oxford University Press, United Kingdom, 2016. Paperback. Book Condition: New. Tim Archbold (illustrator). 197 x 78 mm. Language: N/A. Brand New Book. These engaging Storybooks provide structured practice for children learning to read the Read Write Inc. Set 1 sounds. Each set...



Read Write Inc. Phonics: Purple Set 2 Storybook 8 Red Ken (Paperback)

Oxford University Press, United Kingdom, 2016. Paperback. Book Condition: New. Tim Archbold (illustrator). 253 x 147 mm. Language: N/A. Brand New Book. These engaging Storybooks provide structured practice for children learning to read the Read Write Inc. Set 1 sounds. Each set...



Read Write Inc. Phonics: Orange Set 4 Storybook 3 a Bad Fright (Paperback)

Oxford University Press, United Kingdom, 2016. Paperback. Book Condition: New. Tim Archbold (illustrator). 211 x 147 mm. Language: N/A. Brand New Book. These engaging Storybooks provide structured practice for children learning to read the Read Write Inc. Set 1 and 2 sounds....



Read Write Inc. Phonics: Orange Set 4 Storybook 5 Too Much! (Paperback)

Oxford University Press, United Kingdom, 2016. Paperback. Book Condition: New. Tim Archbold (illustrator). 182 x 76 mm. Language: N/A. Brand New Book. These engaging Storybooks provide structured practice for children learning to read the Read Write Inc. Set 1 and 2 sounds....