

Jak s dobrou náladou překonat nepříjemné situace

Překonejte spolu s námi vtipnou a humornou formou nepříjemné situace, do kterých se během života dostane snad každý z nás. Renomovaný český autor, PhDr. Tomáš Novák se zabývá nejrůznějšími typy nálady. Uvádí příběhy, které jsou většinou z nás důvěrně známé, a nabízí netradiční psychická cvičení. Doufáme, že vám tato kniha pomůže vstoupit do nových dnů s dobrou náladou a ukáže, jak dosahovat maximálních výkonů.