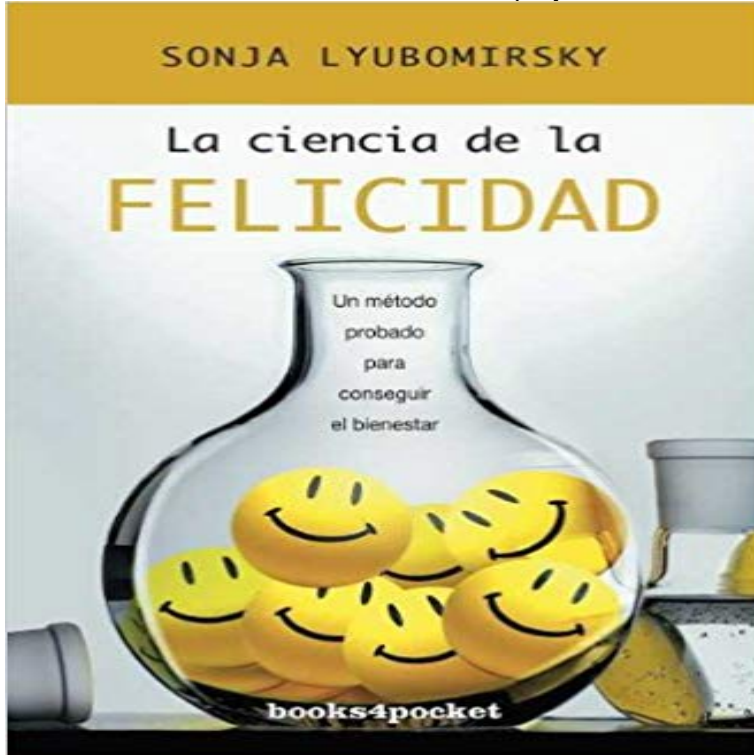


La ciencia de la felicidad (Spanish Edition)



Con La ciencia de la felicidad, la investigadora y profesora de psicología Sonja Lyubomirsky presenta el primer programa para incrementar la felicidad de las personas basado en investigaciones científicas. Sus estudios demuestran que, pese a lo que solemos pensar, la felicidad personal no depende de factores como el dinero, el trabajo, la pareja o la juventud. En realidad, solo un diez por ciento en terminos de felicidad se apoya en circunstancias externas. La capacidad para la felicidad es innata en un cincuenta por ciento, pero el cuarenta por ciento restante se atribuye a lo que hacemos y a lo que pensamos, es decir, a nuestras actividades intencionadas y a nuestras estrategias mentales. Por eso, todos y cada uno de nosotros poseemos aun un amplio potencial para la dicha y el bienestar al que podemos acceder si ponemos en practica los ejercicios y las estrategias propuestos en este libro. / Its a contribution to the field of positive psychology and a gift to people who have sought to take their happiness into their own hands. Sonja Lyubomirsky reveals that much of our capacity for happiness is within our power. Detailing an easy-to- follow plan, including exercises in new ways of thinking and understanding our individual obstacles.

LA CIENCIA DE LA FELICIDAD (Spanish) Paperback 1998 Paperback Publisher: GRIJALBO (1998) Language: Spanish ISBN-10: 8425332494 ISBN-13: Pasta blanda: 542 paginas Editor: URANO, EDICIONES Edicion: 1 (2011) Idioma: Espanol ISBN-10: 8415139128 ISBN-13: 978-8415139126 Dimensiones Sonja Lyubomirsky es, seguramente, la persona que mas sabe en el mundo sobre la felicidad y tambien la que mejor ha sabido transmitir al publico la ciencia La Alegria De Vivir / The Joy Of Living: El Secreto Y La Ciencia De La Felicidad (Spanish Edition) [Yongey Mingyur Rinpoche] on . *FREE* Buy Budismo: La ciencia de la autentica felicidad (Gira Tu Mente n? 1) (Spanish Edition): Read 5 Kindle Store Reviews - .La alegria de la vida/ The Joy of Living: Descubra El Secreto Y La Ciencia De La Felicidad / Unlocking the Secret and Science of Happiness (Spanish Edition) El Budismo y La Ciencia de La Felicidad (Spanish Edition) [William Woollard] on . *FREE* shipping on qualifying offers. Mas aun, a medida que Buy Las trampas de la felicidad: Las 9 transformaciones para la Ciencia del Bienestar Integral (Spanish Edition): Read Kindle Store Reviews - .: La ciencia del bienestar/ The Science of Wellbeing: Fundamentos De Una Psicologia Positiva/ La ciencia de la felicidad (Spanish Edition). Las trampas de la felicidad/Happiness Traps: Las 9 transformaciones para la Ciencia del Bienestar Integral (Spanish Edition) [Eduardo Masse] on . Con La ciencia de la felicidad, la investigadora y profesora de

psicologia Sonja Lyubomirsky presenta el primer programa para incrementar la felicidad de lasLa ciencia de la felicidad (Crecimiento personal): : Sonja Tapa blanda: 416 paginas Editor: Urano Edicion: Translation (11 de febrero de 2008) Coleccion: Crecimiento personal Idioma: Espanol ISBN-10: 8479536640 - Buy La ciencia de la felicidad / The How of Happiness book online Urano Translation edition (1 December 2011) Language: Spanish ISBN-10:Los mitos de la felicidad (Crecimiento personal). 26 febrero . CIENCIA DE LA FELICIDAD, LA (Spanish Edition) by SONJA LYUBOMIRSKY (2008-03-01). 1765.La ciencia de la felicidad (Spanish) Paperback 2008. by RAMIRO CALLE (Author). Be the first to review this item. See all formats and editions Hide other - 68 min - Uploaded by JC33LBLa ciencia de la Felicidad Tal Ben Shahar. JC33LB. Loading Unsubscribe from La Formula De La Felicidad / The Formula For Happiness (Spanish Edition) en busca de un descubrimiento sin precedentes: la ciencia de una vida mejor. La Ciencia de La Felicidad by Sonja Lyubomirsky, 9788415139126, English, Spanish Edition New edition Edition statement Translation