

LA MORA MAGICA

Riaccendi l'energia
interiore e ritrova la passione
del fare



Maria Teresa Paladino

illustrazioni della fiaba: Cristina Kadmon



Scopri quanto le tue esperienze hanno da insegnare su di te se le vivi e le elabori con consapevolezza, con strumenti di comprensione e diverse prospettive di lettura.

Impara così a conoscerti più profondamente: sei tu lo strumento della tua realizzazione. Crea nuove opportunità e percorsi di vita coerenti con ciò che sei. Goditi la ritrovata energia e passione del fare.



Maria Teresa Paladino, laurea specialistica in psicologia della motivazione e dei processi decisionali, professional certified coach e counselor, aiuta i suoi clienti a realizzare il meglio di sé, trasferendo loro la tenacia, la perseveranza e la voglia di evolvere e sperimentarsi che la contraddistinguono, come la sua storia racconta attraverso la strada spesso tortuosa e variegata che l'ha portata ad essere quello che è oggi.



INDICE

Note e Ringraziamenti

Introduzione

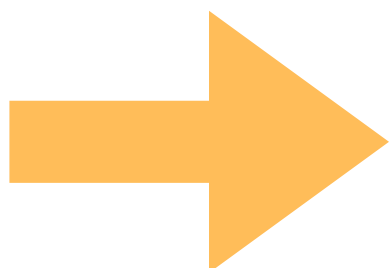
La Mora Magica

PRIMA PARTE: Quo Vadis?

Quo vadis? Ovvero il problema della direzione	39
Lo specchio dei Sé	59
I Sé possibili e l'autorealizzazione	69
Il Sé e l'autorealizzazione	75
Essere o Fare? La questione è <i>chi</i> vuoi essere, più che <i>cosa</i> vuoi fare.	85
Attuare CHI si vuole essere – La via verso il Best Self	93

SECONDA PARTE: Entra nel Bosco di Arianna

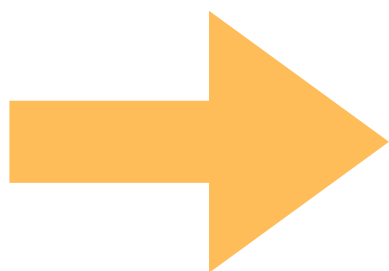
Smettila di resistere: accetta chi sei prima di capire chi vuoi essere	103
Scrivi la tua storia e cerca gli indizi	111
I Valori: cos'è importante per te?	117



L'intralcio dell'ego	119
Cosa sono le forze e perché sono importanti	123
Individua le tue forze	129

TERZA PARTE - La tua coda di Lupo: il tuo Best Self

Riorganizza tutte le tue scoperte.	135
Usa le tue forze per creare senso e gioia nella tua vita	139
Fai lavorare il cervello a tuo favore	143
Il potere dell'Azione	155
Fallire con successo	161
Appendice - I simboli nella fiaba	167



*Negli store online
e ordinabile nelle librerie*



studiopaladino.com