

AUGUSTO
CURRY

MANUAL
PARA JOVENS
ESTRESSADOS,
MAS MUITO
INTELIGENTES!

25 milhões
de livros
vendidos, em
70 países



|| Academia

Resumo de Manual Para Jovens Estressados, Mas Muito Inteligentes

Na era da Internet, das redes sociais, dos jogos de videogame, da TV a cabo, que se misturam com cinema, jornais, estudos, são tantas informações e que é muito difícil não saturar o cérebro.

Você acorda cansado? É impaciente? Quer tudo na hora? Tem dores de cabeça? Detesta ouvir não? Tem dificuldade de concentração? Anda esquecido? Sua mente é agitada? Quando alguém o critica ou algo não dá certo, você fica irritadíssimo?

Se você tem alguns desses sintomas, você está estressado. E se está estressado, bom, você é normal. Afinal, nada mais normal hoje em dia do que ser estressado. Mas isso significa também que este livro é para você.

Nele, Augusto Cury vai ajudá-lo a enfrentar seus desafios, como também a estar preparado para fracassos e vitórias que nem sempre virão exatamente como planejamos.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)