

ELIZABETH KUYLENSTIERNA

O poder dos IMPERFEITOS

Nobilis
VOZES

Resumo de O Poder dos Imperfeitos

O poder dos imperfeitos ajudará você a acionar o seu perfeccionismo quando realmente precisar dele, em vez de ficar carregando-o por toda parte como uma corda no pescoço. A autora mostra como você pode lidar com o seu perfeccionismo, e como pode aprender a contentar-se com um "suficientemente bom", levando uma vida mais harmoniosa, com mais sentimento, com uma presença mais intensa no aqui e agora, com mais prazer e menos pressão por resultados.

Acesse aqui a versão completa deste livro