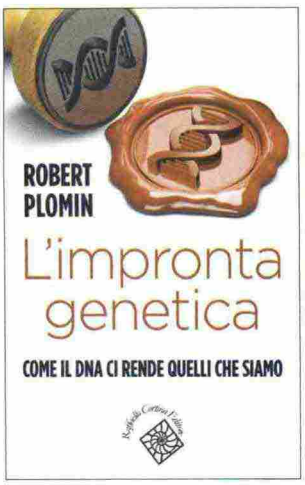
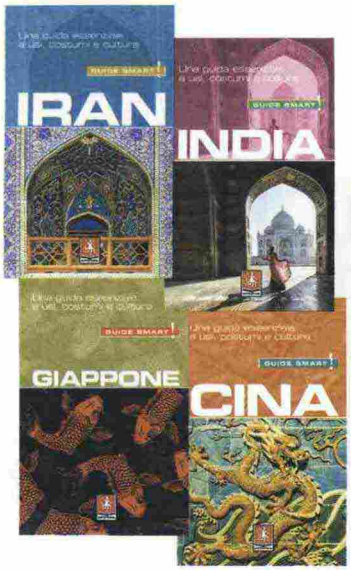


Robert Plomin
L'IMPRONTA GENETICA
Come il DNA ci rende quelli che siamo
Editore: Raffaello Cortina Editore
Pagine: NA
Prezzo: 22,00 euro

IL MODELLO SU CUI È COSTRUITA LA NOSTRA INDIVIDUALITÀ risiede in quell'1% del DNA che differisce da una persona all'altra. Le nostre capacità intellettive, il nostro essere introversi o estroversi, la nostra vulnerabilità alla malattia mentale, persino se siamo mattinieri o nottambuli, tutti questi aspetti della personalità sono profondamente plasmati dalle nostre differenze genetiche ereditarie. Robert Plomin, un pioniere nel campo della genetica del comportamento, attinge alla ricerca di una vita per sostenere che il DNA è il fattore più importante nel determinare chi siamo. La famiglia, la scuola e l'ambiente circostante sono importanti, ma non sono influenti quanto i geni. Questo è il motivo per cui – sostiene – gli insegnanti e i genitori dovrebbero accettare i bambini per quelli che sono, anziché cercare di spingerli in una certa direzione.



Iran/Cina/Giappone/India
COLLANA GUIDE SMART!
Storia, arte, natura di un popolo inimitabile
Editore: Anteprima Edizioni
Pagine: NA
Prezzo: 10,00 euro

GUIDE ILLUMINANTI E PRATICHE per conoscere la cultura e la società e viaggiare consapevoli per imparare a conoscere:
- i costumi e le tradizioni locali
- la storia, la religione, la politica e l'economia
- il modo di comportarsi della popolazione locale
- che cosa si mangia e che cosa si beve
- le cose da fare e le cose da non fare
- le cose da dire e le cose da non dire
- com'è meglio muoversi nel mondo del commercio e degli affari

e tutto quello che serve per limitare gli imprevisti.

Autori Vari
L'ALIMENTAZIONE EMOTIVA
La soluzione DBT per rompere il cerchio delle abbuffate
Editore: Raffaello Cortina Editore
Pagine: NA
Prezzo: 23,00 euro

MANGIARE PUÒ ESSERE FONTE DI GRANDE PIACERE – o profonda sofferenza. Se siete interessati a questo libro è probabile che stiate cercando gli strumenti per trasformare il vostro rapporto con il cibo. Concepita secondo la Dialectical Behavior Therapy (DBT), questa guida motivazionale offre un valido percorso di cambiamento. Debra Safer, Sarah Adler e Philip Masson hanno tradotto il loro collaudato trattamento in una risorsa di autoaiuto per tutti coloro che lottano contro il binge eating e gli altri tipi di "alimentazione da stress". Esempi chiari e racconti di storie vissute aiutano a costruire ogni abilità DBT. Strumenti pratici creati accuratamente fanno in modo che si possa registrare i progressi e adeguare il programma alle proprie necessità. Alla fine, è possibile intravedere la libertà da un modo di alimentarsi incontrollato e dunque un futuro più felice.

005345

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Raffaello Cortina