

Jak przestać nadmiernie analizować? To propozycja dla tych, którzy chcą myśleć... mniej

https://www.youtube.com/watch?v=OBsXjKBJouU&ab_channel=audioteka

“**Jak mniej myśleć**” to wydana w 2019 roku książka Petitcollin Christel. Ma formę poradnika dla osób nadwydajnych mentalnie, którym nadmiar myśli często utrudnia normalne funkcjonowanie. Autorka skupia się na problemie, nie tylko doszukując się jego rozwiązań, lecz także genezy.

Źródło:

<https://www.google.com/search?q=jak+mniej+mysle%C4%87&oq=jak+mniej+mysle%C4%87+&ags=chrome..69i57j0i22i30i2j0i22i30i395i5.6617j1j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8>



Książka dostępna w bibliotece szkolnej . Zakupiona ze środków NPRCz

