

DR. ARTHUR FREEMAN

E ROSE DEWOLF

AS

10

BOBAGENS

MAIS

COMUNS QUE AS PESSOAS

INTELIGENTES

COMETEM

E TÉCNICAS EFICAZES PARA EVITÁ-LAS

GUARDA•CHUVA

Resumo de As 10 Bobagens Mais Comuns que as Pessoas Inteligentes Cometem

No livro, o Dr. Arthur Freeman, renomado especialista em terapia cognitiva, e a jornalista Rose DeWolf mostram por que tantas vezes pessoas inteligentes não conseguem resolver coisas simples e criam problemas desnecessários.

Os autores revelam os padrões de pensamento que induzem a grande maioria das pessoas a fazer bobagens quando estão sob pressão, descrevem essas formas de pensar equivocadas, as crenças inconscientes que as originam, seus efeitos, e propõem técnicas eficazes para modificá-las.

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