AUGUSTO

CURY

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