

DR. DANIEL J. SIEGEL

O PODER DA VISÃO MENTAL O CAMINHO PARA O BEM-ESTAR

Prefácio de Daniel Goleman,
autor de *Inteligência emocional*



Resumo de O Poder da Visão Mental

Através de uma análise cuidadosa de importantes pesquisas, e levando em consideração a própria experiência profissional, o Dr. Daniel J. Siegel desenvolveu uma abordagem inédita para o tratamento clínico-psiquiátrico. Unindo a psicologia com diversos tipos de meditação oriental.

o autor revela como podemos aumentar nossa percepção a fim de eliminarmos hábitos e comportamentos que podem causar transtornos em nosso dia a dia.

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