

Comunicato stampa – Milano, 2 novembre 2017

“Vietato lamentarsi. Agisci per cambiare in meglio la tua vita e quella degli altri” di Salvo Noè

L'autore del cartello “Vietato lamentarsi”, che papa Francesco ha appeso sulla porta del suo studio, spiega come le lamentele siano delle sedie a dondolo: tengono impegnato, ma non portano da nessuna parte.

Il lamento è diventato il percorso privilegiato della nostra comunicazione. I problemi non possono essere affrontati lamentandosi e basta. Spesso chi si lamenta contribuisce attivamente ad alimentare il clima di negatività che pervade la nostra società. Anche le famiglie e gli ambienti di lavoro sono permeati da questo vezzo.

Bisogna riportare la fiducia, la responsabilità e la competenza al centro delle nostre vite private e professionali.

Attraverso aneddoti, esercizi e strategie di crescita personale e sociale, questo libro rafforza la propria autostima e la motivazione per evitare di cadere nella trappola del vittimismo.

Salvo Noè, *Vietato lamentarsi. Agisci per cambiare in meglio la tua vita e quella degli altri*, Edizioni San Paolo 2017, pp. 176, euro 14,50.



SALVO NOÈ, Psicologo, psicoterapeuta e mediatore familiare. Esperto in processi formativi, insegna psicologia sociale e della comunicazione presso enti pubblici e privati. È specializzato in disturbi d'ansia e depressivi. È attualmente uno dei formatori più apprezzati. Il suo motto è: confrontarsi per crescere!

**Ufficio Comunicazione
Gruppo Editoriale San Paolo**
Via Giotto, 36 - 20145 Milano
Office : +39 02-48072561
E-mail: comunicazione@stpauls.it