

1. Record Nr.	359456
Autore	Sharot, Tali
Titolo	Guardate meglio : perché l'abitudine ci rende ciechi / Tali Sharot, Cass R. Sunstein
Titolo uniforme	Look again : the power of noticing what was already there. (OLS) http://semarc/title/449905
ISBN	978-88-328-5655-2
Descrizione fisica	244 p. : ill. ; 23 cm
Collana	Scienza e idee ;
Altri autori (Persone)	Sunstein, Cass R., <1954- >
Soggetti	Personalità - Sviluppo
Locazione	Venegono
Collocazione	2NA F 368
Lingua di pubblicazione	Italiano
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Sommario	<p>In questo studio rivoluzionario, frutto di una ricerca decennale in psicologia e biologia, i due autori ci mostrano che cambiare anche per poco l'ambiente in cui viviamo e le persone che frequentiamo è la strada per riconoscere e apprezzare il bene in modo più consapevole. Avete mai notato che quello che vi entusiasma il lunedì, il venerdì vi sembra noioso? Relazioni, lavori, persino i capolavori dell'arte dopo un po' perdono il loro fascino. A un certo punto, non facciamo più caso a ciò che c'è di buono nelle nostre vite, e non notiamo più nemmeno ciò che non va. Ci abituiamo all'aria inquinata, tolleriamo relazioni tossiche, giustifichiamo qualsiasi deriva autoritaria e corriamo rischi inutili. Ma è possibile iniziare a vedere tutto in modo nuovo? Tornare ad apprezzare ciò che funziona e provare a cambiare quello che invece non ci rende felici?</p>