



Татьяна Мужичкая

писательница,
телеведущая,
бард

Писательница и телеведущая, психолог, бизнес-тренер, международный тренер НЛП, бард. Родилась 11 апреля 1972 года в Москве. Еще до того, как окончить вуз, Мужичкая начала работать психологом. После в разное время Татьяна работала в тренинговой компании «Пролог», Российском университете дружбы народов и журнале «Наша психология». В числе ее корпоративных клиентов: «Мегафон», «Аптека 36.6», «Яндекс», «Внешторгбанк», «Ростелеком». Регулярно выступает на радио и телевидении, в течение многих лет публиковалась в журнале «Эгоист Generations». Публикации вылились в серию книг по психологии, в которых Татьяна с юмором рассказывает, как добиться счастья и успеха, объясняя простым языком сложные психологические теории.

МУЖИЦКАЯ ТАТЬЯНА «ЕЖЕДНЕВНЫЕ ПРАКТИКИ, КОТОРЫЕ НАУЧАТ ВАС БРАТЬ, ДАВАТЬ И НАСЛАЖДАТЬСЯ»



Аннотация: Эта рабочая тетрадь — самый настоящий аккумулятор для пополнения вашего внутреннего ресурса. Она содержит систему дневных и вечерних практик, рассчитанных на 72 дня. Выполняя эти практики, вы почувствуете, что буквально переполняетесь энергией и желанием действовать! В их эффективности уже убедились 7,5 тысяч участников онлайн-марафонов Татьяны Мужичкой — присоединяйтесь и вы к этому энергетическому вихрю!

Отзыв: Однозначно советую к прочтению. Практический материал таких книг и его использование в повседневной жизни — это самое важное, что может сделать человек на пути к принятию себя и собственного я. Упражнения и техники мне понравились однозначно, буду рекомендовать друзьям и родственникам, да и само собой пользоваться сама. Классно, что столько современных авторов пишут про самопознание и любовь к себе, ищут возможность снять психоэмоциональное напряжение, что в современном мире растет с каждым днем.

[ПОДРОБНЕЕ:](#)

[Заказать книгу:](#)

или в библиотеке «Мир», ул. Тольятти 31, т. 46-17-38

Ответственная за информацию —
Кузакова Е.В., начальник ОРИД