

1. Record Nr.	UNINA9910830854603321
Autore	Aguilar Elena
Titolo	The onward workbook : daily activities to cultivate your emotional resilience and thrive / / Elena Aguilar
Pubbl/distr/stampa	San Francisco, [California] : , : Jossey-Bass, a Wiley Brand, , 2018 ©2018
ISBN	1-119-36697-6 1-119-44177-3 1-119-36727-1
Descrizione fisica	1 online resource (651 pages)
Disciplina	155.24
Soggetti	Resilience (Personality trait)
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references and index.