

Como Superar El Autosabotaje

Guía práctica para combatir el AUTOSABOTAJE con técnicas, consejos y herramientas para ayudarnos a conseguir nuestros objetivos. Este libro nos ayuda a ser conscientes de nuestros constantes intentos de “AutoSabotearnos”. Profundiza en las distintas razones por las cuales nos impedimos a nosotros mismos conseguir aquello que deseamos. Propone distintas alternativas que nos ayuden a hacer realidad nuestros objetivos, con un lenguaje sencillo, ejemplos prácticos y, al final de cada capítulo, una herramienta práctica o cuestionario para la reflexión, de forma que el lector pueda profundizar aún más en el aprendizaje. Desarrolla aspectos como aprender a motivarse, empezar por lo más importante y difícil, planificar, aprender a evitar las interrupciones, cómo construir espirales de éxito, definir objetivos con eficacia, y muchos más conceptos, todos ellos interesantes y de probado resultado. Está diseñado para que en un contexto profesional o personal, el lector pueda conocer la forma en la que está impidiéndose a sí mismo avanzar y descubrir técnicas y conocimientos que le ayuden a ser el protagonista de su propia vida.

¿Se te está haciendo difícil tener el trabajo de tus sueños? ¿Tus cualidades excepcionales y dignas de contratar pasan desapercibidas constantemente? Entonces tienes que seguir escuchando... El panorama de la búsqueda de empleo ha cambiado drásticamente en la última década. La transparencia se ha convertido en algo vital, la publicidad personal se ha convertido en algo clave, y la tecnología ahora juega un papel poderoso e inevitable. En el mercado laboral actual, se necesita mucho para destacar. Tener buenas habilidades para las entrevistas y las tácticas de negociación son cruciales, pero tampoco lo son todo. Tendrás que

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

dominar lo que están haciendo tus competidores, y déjame decirte, lo están haciendo bien. Esto incluye dos libros: Búsqueda de empleo: El nuevo enfoque para impulsar su carrera con los cazatalentos. Consiga su trabajo ideal Deje la procrastinación: haz lo que debes de hacer y derrota tus malos hábitos, pequeños atajos que potencian tu productividad Aquí hay una breve vista previa de lo que descubrirá Consejos avanzados para resaltar en un mercado altamente competitivo. (¡Sigue estos tips innovadores y los empleadores comenzarán a reconocer inmediatamente lo que te hace único!) Las diez preguntas de trabajo más importantes que DEBES saber cómo responder. Cómo crear un portafolio en línea irresistible que haga que te contraten. La fórmula EXACTA para tener éxito haciendo conexiones si eres introvertido. El secreto revolucionario para lograr una increíble autodisciplina y un enfoque inquebrantable. Cómo vencer los hábitos de autosabotaje y eliminar las pérdidas de tiempo que limitan su potencial. Lo primero que debe hacer cada día que condicionará su mente y cuerpo para una productividad máxima. Las técnicas probadas y probadas para vencer EFECTUAMENTE la procrastinación (incluso si eres la persona más perezosa del mundo). Y mucho, mucho más ... Si quieres acceder a estos consejos avanzados y, finalmente, avanzar hacia la carrera de la que puedes estar orgulloso, entonces deberías escuchar este libro.

SERIE "Principios Bsicos para Triunfar y Leyes Preliminares del xito" Volumen 2 de 8LIBRATE DEL AUTO-SABOTAJEAprende a Fortalecer T Guerrero Interior, Liberarte del Auto-Sabotaje Interno, Controlar tus Emociones y Dirigir tus PensamientosMaravilloso Libro de AUTOAYUDA y SANACIN que te ayudar a fortalecer t Guerrero Interior en un fantstico viaje de Re-Descubrimiento Personal, que te permitir LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, y desarrollar el mximo de tu potencial humano, comprendiendo las

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

tcnicas y metodologas ms efectivas para tomar el control de tus pensamientos y emociones. Y al mismo tiempo, aprenders a:* LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas.* Neuro-descodificar y desprogramar hbitos autodestructivos; crendote nuevos mapas mentales que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el auto-sabotaje emocional.* Permitir una ptima configuracin de creencias que te permita fortalecer t GUERRERO INTERNO.* Contar con un PLAN DE ACCIN claro y bien definido que te permita incrementar t INTELIGENCIA EMOCIONAL.* Dominar las tcnicas y metodologas ms modernas de la PNL para tomar control de tus pensamientos y emociones * Conocer y dominar los principios bsicos de la BIODESCODIFICACIN APLICADA y la BIONEUROEMOCIN CONSCIENTE que te permitan tomar accin, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre de auto-saboteadores internos emocionales.12 Edicin Especial Revisada, Actualizada y Extendida (Incluye Ejercicios y Plan de Accin)Coach TransformacionalYLIICH TARAZONA Escritor y Conferenciante Internacional

¿Te ves atrapada en un ciclo de tortura donde solo ves el dinero entrar y salir o lo repelas? Tus días de vida con un]nunca hay dinero suficiente" pueden acabar. Tus días de desear de poder ganar más dinero, pero simplemente no saber cómo, también pueden terminar. ¡Es hora de reclamar tu destino abundante con el dinero! Cuando aprendas a relacionarte con el dinero desde el amor y paz, como algo que te apoya en tu vida y tu propósito - todas las áreas de tu vida se expandirán. En este libro, te ayudaré a sanar tu relación con el dinero y renover tu mente. Recuperarás la paz con ambos. Con este libro conseguirás: -Romper las barreras mentales inconscientes que hasta ahora te han impedido disfrutar del dinero-Ajustar tu

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

mentalidad para que estés completamente alineada y apoyada por el dinero en tus deseos del Alma y tus ambiciones para contribuir con el mundo-Expresar tu ambición de atraer el éxito mientras tomas total control de tu mente, tus emociones y tu cuenta corriente. Sobre la Autora: Justina CARMO es una coach de feminidad y sanadora intuitiva para la nueva ola de mujeres despertando espiritualmente. Sus libros "Riqueza del Alma", "Estrella Espiritual" y "Vuélvete Reina" ofrecen una guía detallada y transformativa sobre cómo expresar nuestra alma y prosperar en nuestro Mayor Propósito. Justina ayuda a las mujeres a despertar su esencia femenina, superar el autosabotaje y transformar su relación con el dinero. Desde 2013, Justina ha estado formando y entrenando a mujeres de manera internacional, llevada por su pasión imparable para inspirar a las mujeres a vivir las, mejores versiones de ellas mismas. Justina cree que el éxito es una experiencia holística. Más allá que solo el dinero y el poder, ella cree en crear el éxito a partir de integrar igualmente la salud personal, el bienestar emocional y la contribución.

¿La procrastinación te impide alcanzar tus metas en la vida? ¿Los plazos provocan sentimientos de pánico y temor? ¿Alguna vez te has preguntado cómo podrías aumentar tu concentración y superar la falta de disciplina? Entonces necesitas seguir leyendo ... Un estudio reciente realizado por la compañía Microsoft descubrió exactamente cuánto tiempo los trabajadores de oficina pasan postergando en un día determinado: tres horas asombrosas. Eso es casi la mitad de las horas productivas de un empleado desperdiciadas en las pausas de las redes sociales o en un juego rápido en línea. Mientras tanto, investigadores suecos descubrieron que los empleados terminaron la misma cantidad de trabajo en un turno de seis horas en comparación con el turno habitual de ocho horas. Tal vez la procrastinación no sea

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

un hábito tan inocente después de todo. Aquí hay una breve vista previa de lo que descubrirá Las técnicas probadas y probadas para vencer EFECTUAMENTE la procrastinación (incluso si eres la persona más perezosa del mundo). Lo primero que debe hacer cada día que condicionará su mente y cuerpo para una productividad máxima. Cómo aumentar drásticamente tu motivación incluso si estás presionado por el tiempo, sin gastar un solo dólar. Por qué esta parte del cuerpo es tu arma secreta para superar la procrastinación y la fatiga (pista: no es tu cerebro). Las formas infalibles de transformar la tecnología distractora y omnipresente en una potente herramienta de productividad. Cómo vencer los hábitos de autosabotaje y eliminar las pérdidas de tiempo que limitan su potencial. El secreto revolucionario para lograr una increíble autodisciplina y un enfoque inquebrantable (sin recurrir a galones de café o drogas que alteran la mente). Y mucho, mucho más ... Incluso si usted es un procrastinador crónico y está constantemente frustrado por su incapacidad para cumplir con los plazos, la extensa investigación detrás de esta guía puede garantizar que supere la procrastinación empleando las mismas técnicas utilizadas por las personas más puntuales y productivas del mundo. Al confiar en la investigación experta detrás de este libro, identificará cómo las fuerzas externas afectan la motivación, reconocerá el impacto de la mentalidad en el comportamiento y seguirá las mejores prácticas para completar las tareas a tiempo, todo el tiempo. Si desea acceder a las poderosas herramientas que han dominado los grandes triunfadores y finalmente liberar su potencial, entonces debe comprar este libro

Nos entrega las claves mas importantes para: - Lograr a sanación de las enfermedades, crear y mantener una extraordinaria salud. - Mejorar nuestras relaciones y encontrar el amor. - Alcanzar la prosperidad, la plenitud y la felicidad. - Descubrir nuestro propósito de vida y

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

conectarnos con el logro de nuestros sueños. Nos permite encontrarnos con nosotros mismos e identificar nuestro saboteador interno y colocarnos en un nuevo espacio en donde somos los protagonistas de nuestro propio destino. Nos invita a traspasar nuestros propios límites y explorar más allá de lo que nos es cómodo. Es una propuesta profunda, muy bien cuidada, basada en el amor puro, el reconocimiento y el valor del ser humano. Humberto ofrece herramientas contundentes comprobadas en su vivencia personal y con las personas que ha apoyada en los talleres, conferencia y en su asesoría privada.

¿Te ha pasado que...? Una nueva mirada a esas situaciones que "atormentan" tu vida, es un libro que te ayudará a enfocar desde un ángulo más positivo, aquellas situaciones dolorosas de tu presente, pasado o futuro y aprenderás a superarlas positivamente. Te ayudará a superar la tristeza, el miedo, el dolor, la ansiedad, la angustia; te ayudará a entenderte, a perdonarte, a comprender y perdonar a los demás, pese al dolor que su presencia o ausencia te pudieron generar. Encontrarás ejercicios prácticos para superar el pasado con actitud positiva, para mejorar tu autoestima, para amarte más genuinamente y superar el dolor emocional que has guardado por tanto tiempo. Entenderás qué significa que no te elijan como pareja, desde un punto de vista objetivo y positivo, lo que te ayudará a superar el pasado con tranquilidad y dejarlo ir en paz. Dejarás de hacer lo que los demás esperan de ti, para sentirte aceptado; te darás permiso para escuchar tu propia voz, respetarla y amarla. Recuperarás la motivación que perdiste al perder a alguien o algo importante para ti y que te generó dolor. Aprenderás cómo liberarte del pasado, de forma práctica y positiva. Aprenderás a pasar a la acción, aunque te falte motivación. Aprenderás a mantener actitud positiva frente a las situaciones difíciles y dolorosas. Superarás la tristeza, la frustración, la ansiedad, el pasado

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

que no te ha dejado en paz hasta hoy. Dejarás de hacer suposiciones que te generan dolor, ansiedad, tristeza y tendrás una mirada más positiva a las diferentes situaciones que se presenten en tu vida. Aprenderás a detectar el autosabotaje que muchas veces pasó desapercibido en tu día a día, y que afecta (sin querer) en las diferentes áreas de tu vida aún hoy. Adquirirás nuevas habilidades que te ayudarán a superar esas preocupaciones que "atormentan" tu vida y que muchas veces te inmovilizaron y no dejaron que pasaras a la acción. Aprenderás a amarte y a mantener esa mirada positiva de ti mismo. Aumentará tu autoestima y la confianza en ti, sin importar tu pasado. Tu actitud positiva crecerá frente a esas situaciones que te perturban; aprenderás a mantener la calma, dominarás tus emociones negativas y dolorosas; sanarás esas heridas emocionales al mirar el pasado desde una nueva perspectiva más positiva y te atreverás a emprender las acciones necesarias para conseguir tus metas y ver realizados tus más hermosos sueños.

Este libro no le ayudará con el comportamiento derrotista. Es más sencillo pasarse la vida postergando las cosas, saboteando las relaciones, sin terminar las tareas, temiendo al fracaso y manteniendo otros malos hábitos, de lo que es cambiar. Simplemente siga siendo de la forma que es. Esta es la manera en que la voz del comportamiento derrotista trabaja en usted. Trabaja en contra de sus metas e intereses de forma que usted nunca obtiene lo que quiere. Se pierden oportunidades, sus hábitos continúan, sus relaciones no florecen y su vida se llena de arrepentimiento. Dentro de "El Problema es USTED: Cómo Dejar de

Estorbar Su Propio Camino y Conquistar el Comportamiento Derrotista" revelamos exactamente cuáles son estos comportamientos y los pasos para conquistar todos y cada uno de ellos. ¿El resultado? Una actitud positiva, logrando lo que quiere y obteniendo más de la vida. Lea este libro hoy y libérese de todos los hábitos que le están impidiendo vivir la vida que realmente se merece.

SERIE "Principios Bsicos para Triunfar y Leyes Preliminares del xito" Volumen 2 de 7.LIBRATE DEL AUTO-SABOTAJEAprende a Fortalecer T Guerrero Interior, Equilibrar tus Canales Energicos, Controlar tus Emociones y Dirigir tus PensamientosMaravilloso Libro de AUTOAYUDA y SANACIN EMOCIONAL que te ayudar a fortalecer t Guerrero Interior en un fantstico viaje de Re- Descubrimiento Personal, que te permitir LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, y desarrollar el mximo de tu potencial humano a tu siguiente nivel de conciencia, comprendiendo las tcnicas y las metodologas ms efectivas para tomar el control de tu vida, de tus pensamientos, acciones y emociones.En este LIBRO en su EDICIN ESPECIAL aprenders a:* LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas.* Neuro-descodificar y desprogramar hbitos autodestructivos; crendote nuevos mapas mentales ms

empoderadores que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el auto-sabotaje interno emocional.* Permitir una ptima configuracin de creencias potencializadoras que te permita fortalecer t GUERRERO INTERNO.* Aprender a Equilibrar y Limpiar los PUNTOS ENERGTICOS o Meridianos a travs de las Tcnicas EFT (Tapping), y Liberar el Desequilibrio Psquico Emocional y Entrar en Armona Divina con T SER Interior.* Contar con un PLAN DE ACCIN claro y bien definido paso a paso, que te permita incrementar t INTELIGENCIA EMOCIONAL.* Dominar las tcnicas y metodologas modernas ms efectivas y eficaces de la PNL para tomar control de tus de tus pensamientos, acciones y emociones.* Conocer y dominar los principios bsicos de la Tcnica de Liberacin Emocional (EFT), la BIODESCODIFICACIN APLICADA y la BIONEUROEMOCIN CONSCIENTE que te permitan tomar accin, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre de auto-saboteadores internos emocionales.3 Edicin Especial Revisada, Actualizada y Extendida(Incluye Ejercicios y Plan de Accin)Coach TransformacionalYlich TarazonaEscritor y Conferenciante Internacional

A lo largo del proceso natural de nuestra vida nos encontramos tanto experiencias felices como situaciones difciles de superar. Enriquecerse humanamente puede ayudar a conseguir la felicidad en los momentos de dolor.

"Cuando la vida nos lo pone difícil" da a conocer las estrategias que podemos utilizar para limitar y superar el sufrimiento: - Conocer, potenciar y utilizar nuestra fortaleza interior. - Adaptar y modificar el medio en nuestro propio beneficio - Convertir un posible trauma en un momento trascendental y digno de ser vivido. - Adquirir protagonismo personal y profesional, mayor autoestima y magnetismo personal. Alcanzar estos retos fortalece el carácter y modela el pensamiento, favorece las relaciones y, en definitiva, permite disfrutar más intensamente de nuestro entorno y de la vida misma.

¿Te sientes enojado y frustrado cuando dices que "sí" a algo a lo que prefieres decir que "no"? ¿Has sentido que tu opinión no vale tanto como la de los demás? ¿Cuántas veces se ha quedado en blanco tu mente cuando tratas de conversar con ciertas personas? Entonces necesitas seguir leyendo... "La diferencia entre la gente exitosa y la gente realmente exitosa es que la gente realmente exitosa dice que no a casi todo." - Warren Buffett "No importa el trabajo que tengas en la vida: tu éxito estará determinado en un 5% por tus credenciales, en un 15% por tu experiencia profesional, y en un 80% por tus habilidades de comunicación". - Stephen Wang A veces, puede ser angustiante o simplemente incómodo decir que "no", especialmente cuando tratamos con nuestros seres queridos o en nuestro lugar de trabajo. Desafortunadamente, hacer cosas que no queremos

hacer y decirle "sí" a algo que en el fondo queremos rechazar puede ser extremadamente dañino para nosotros a largo plazo. El miedo a decepcionar a los demás puede ser tan intenso, que la mayoría de las personas viven sus vidas aterrorizadas por lo que otros pensarán si dicen lo que piensan o si dicen "no" a peticiones que en realidad no quieren hacer. El hecho es que las personas que pueden comunicar sus pensamientos, opiniones y deseos con claridad son quienes en verdad llegan a tener éxito y alcanzan sus metas y objetivos. Hablar con desconocidos puede ser un verdadero reto para mucha gente. El miedo a quedarse sin cosas que decir o a hacer el ridículo puede causar angustia. Debido a esto, la mayoría prefiere no actuar y simplemente observar con frustración cómo aquellos que son mejores en la socialización y la conversación se llevan todos los elogios, hacen grandes conexiones, y triunfan en la vida con mayor facilidad. La mayoría de la gente cree que la asertividad es algo innato; o naces siendo asertivo, o nunca podrás serlo. ¿Pero cuánta verdad hay en esto? Con esta guía, descubrirás: -Una manera eficaz de eliminar la timidez por el resto de tu vida. -Consejos que te ayudarán a ahorrar mucho tiempo y convertirte en un mejor conversador y alcanzar tus metas más rápido de lo que imaginas. -Trucos básicos de lenguaje corporal que todos pueden aplicar de inmediato para ser percibidos como más seguros de sí mismos. -Consejos comprobados

para aumentar tu sentido de confianza al interactuar con los demás. -Errores que debes evitar y que hacen que la mayoría de la gente fracase y actúe de forma demasiado pasiva o demasiado agresiva. -Estrategias seguras para ser más asertivo en los negocios o en el lugar de trabajo para que puedas alcanzar tus metas profesionales más rápidamente. -Descubre cómo las mujeres pueden llegar a ser más asertivas sin ser juzgadas negativamente. -Cómo mejorar la comunicación en una relación para que ambas partes terminen ganando. -Y mucho más...

El Autosabotaje es lo que te impide avanzar en la vida. Inconscientemente, desarrollamos conductas automáticas que sin darnos cuenta, nos llevan de un fracaso a otro, e incluso creemos que las cosas serán diferentes en la próxima oportunidad, sin embargo, sin importar qué tan buenas sean nuestras intenciones, esas conductas de autosabotaje suelen aparecer y causar daños antes de que nos demos cuenta de que existen y podamos hacer algo al respecto. ¿Cómo solucionar esto? Utilizando la información contenida en este libro para identificar cuál o cuáles son los comportamientos de autosabotaje que están frenando tu crecimiento, para luego aplicar los consejos prácticos con el fin de eliminar esas conductas de tu vida y ser libre para crear el éxito que siempre soñaste. Compra Ahora Mismo Los Puntos Clave de: Cómo Superar El

Autosabotaje, y aprenderás: Cómo dejar de decir Sí cuando quieres decir No. Cómo aprender de tus errores. Cómo dejar de fingir para causar una buena impresión. Cómo evitar asumir que el camino difícil es el camino correcto. Cómo evitar rendirte demasiado pronto. Cómo poder pedir lo que necesitas. Cómo dejar de jugar a no perder. Y mucho, ¡mucho más! No esperes a comprobar una vez más los devastadores efectos del autosabotaje. Compra ahora mismo tu copia de Los Puntos Clave de: Cómo Superar El Autosabotaje, y comienza a cambiar tu presente para así poder crear un mejor futuro. Este resumen es una guía práctica y fácil lectura que puedes leer en poquísimo tiempo, lo que te facilitará aplicar la información y lograr cambios tangibles en tu vida.

Cómo superar el autosabotajeUrano

¿Te sientes enojado y frustrado cuando dices que “sí” a algo a lo que prefieres decir que “no”? ¿Tiendes a poner las necesidades de los demás antes que las tuyas? ¿Te cuesta cuidarte y prestarte atención a ti mismo porque estás cuidando constantemente a otros? Entonces necesitas seguir leyendo... "Si tu compasión no te incluye a ti mismo, está incompleta." - Jack Kornfield A veces, puede ser angustiante o simplemente incómodo decir que “no”, especialmente cuando tratamos con nuestros seres queridos o en nuestro lugar de trabajo. Desafortunadamente, hacer cosas que no queremos hacer y decirle “sí” a algo

que en el fondo queremos rechazar puede ser extremadamente dañino para nosotros a largo plazo. Si constantemente te encuentras con problemas para cuidarte de ti mismo, entonces es muy probable que no estés practicando la autocompasión correctamente en tu vida. La compasión es uno de los actos más importantes que puede practicar un ser humano, pero es algo que empieza contigo mismo y se extiende hacia los demás. Ser atencioso y compasivo contigo mismo, en vez de ser crítico e injusto, es extremadamente importante para tu salud en general y tu calidad de vida. Las personas que no practican la autocompasión tienden a sufrir más estrés, ansiedad y sentimientos de frustración. Con esta guía, descubrirás: -Porqué las personas que solo se preocupan por los demás y no practican la autocompasión tienden a ser más infelices y a tener una peor calidad de vida. -La diferencia clave que distingue a las personas asertivas de las pasivas o agresivas. -Trucos básicos de lenguaje corporal que todos pueden aplicar de inmediato para ser percibidos como más seguros de sí mismos. -Cómo entender perfectamente el concepto de la autocompasión y cómo aplicarlo en tu vida. -Consejos comprobados para aumentar tu sentido de confianza al interactuar con los demás. -Estrategias seguras para ser más asertivo en los negocios o en el lugar de trabajo para que puedas alcanzar tus metas profesionales más rápidamente. -Cómo mejorar la

comunicación en una relación para que ambas partes terminen ganando. -Y mucho más... Existe mucha investigación científica que ha demostrado que el ser asertivo y autocompasivo reduce los niveles de estrés y ansiedad. También puede tener un efecto profundo en la reducción de la depresión y otros trastornos del estado de ánimo. Ser más asertivo también puede ayudarte a tener un mejor control de tus emociones y pensamientos. Muchas veces, no son los demás quienes son nuestros peores enemigos. Lo somos nosotros. Imaginate todo lo que podría traer a tu vida si hacer la transición de ser tu propio enemigo a ser tu mejor amigo. Así que si quieres asegurarte de no volver a decir que "sí" a cosas que no quieres hacer, ¡desplázate hacia arriba y haz clic en el botón "Añadir al carrito" ahora!

Entender el proceso de autosabotaje es el primer paso para empezar a vivir sin trampas ni angustias, sin culpar a los demás ni sentirnos culpables. De hecho, en esta vida solo podemos ganar si dejamos de sabotearnos a nosotros mismos, ya sea aplazando decisiones o exigiendonos una perfección tan alta que resulta inalcanzable. SERIE "Principios Básicos para Triunfar y Leyes Preliminares del Éxito" Volumen 2 de 7 . LIBÉRATE DEL AUTO-SABOTAJE Aprende a Fortalecer Tú Guerrero Interior, Equilibrar tus Canales Energéticos, Controlar tus Emociones y Dirigir tus Pensamientos Maravilloso Libro de AUTOAYUDA y SANACIÓN EMOCIONAL que te ayudará a

fortalecer tú Guerrero Interior en un fantástico viaje de Re-Descubrimiento Personal, que te permitirá LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, y desarrollar el máximo de tu potencial humano a tu siguiente nivel de conciencia, comprendiendo las técnicas y las metodologías más efectivas para tomar el control de tu vida, de tus pensamientos, acciones y emociones. En este LIBRO en su EDICIÓN ESPECIAL aprenderás a: - LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas. - Neuro-descodificar y desprogramar hábitos autodestructivos; creándote nuevos mapas mentales más empoderadores que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el auto-sabotaje interno emocional. - Permitir una óptima configuración de creencias potencializadoras que te permita fortalecer tú GUERRERO INTERNO. - Aprender a Equilibrar y Limpiar los PUNTOS ENERGÉTICOS o Meridianos a través de las Técnicas EFT (Tapping), y Liberar el Desequilibrio Psíquico Emocional y Entrar en Armonía Divina con Tú SER Interior. - Contar con un PLAN DE ACCIÓN claro y bien definido paso a paso, que te permita incrementar tú INTELIGENCIA EMOCIONAL. - Dominar las técnicas y metodologías modernas más efectivas y eficaces de la PNL para tomar control de tus de tus pensamientos, acciones y emociones. - Conocer y dominar los principios básicos de la Técnica de Liberación Emocional (EFT), la BIODESCODIFICACIÓN APLICADA y la BIONEUROEMOCIÓN CONSCIENTE que te permitan tomar acción, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

actualmente te consideras la persona menos asertiva que conoces, es MUCHO lo que puedes hacer para cambiar tu vida completamente. Con esta guía, descubrirás: -La diferencia clave que distingue a las personas asertivas de las pasivas o agresivas. -Trucos básicos de lenguaje corporal que todos pueden aplicar de inmediato para ser percibidos como más seguros de sí mismos. -Consejos comprobados para aumentar tu sentido de confianza al interactuar con los demás. -Errores que debes evitar y que hacen que la mayoría de la gente fracase y actúe de forma demasiado pasiva o demasiado agresiva. -Estrategias seguras para ser más asertivo en los negocios o en el lugar de trabajo para que puedas alcanzar tus metas profesionales más rápidamente. -Descubre cómo las mujeres pueden llegar a ser más asertivas sin ser juzgadas negativamente. -Cómo mejorar la comunicación en una relación para que ambas partes terminen ganando. -Y mucho más...

SERIE "Principios Bsicos para Triunfar y Leyes Preliminares del xito" Volumen 2 de 8LIBRATE DEL AUTO-SABOTAJEAprende a Fortalecer T Guerrero Interior, Liberarte del Auto-Sabotaje Interno, Controlar tus Emociones y Dirigir tus PensamientosMaravilloso Libro de AUTOAYUDA y SANACIN que te ayudar a fortalecer t Guerrero Interior en un fantstico viaje de Re-Descubrimiento Personal, que te permitir LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, y desarrollar el mximo de tu potencial humano, comprendiendo las tnicas y metodologas ms efectivas para tomar el control de tus pensamientos y emociones. Y

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

al mismo tiempo, aprenders a:* LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas.* Neuro-descodificar y desprogramar hbitos autodestructivos; crendote nuevos mapas mentales que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el auto-sabotaje emocional.* Permitir una ptima configuracin de creencias que te permita fortalecer t GUERRERO INTERNO.* Contar con un PLAN DE ACCIN claro y bien definido que te permita incrementar t INTELIGENCIA EMOCIONAL.* Dominar las tcnicas y metodologas ms modernas de la PNL para tomar control de tus pensamientos y emociones * Conocer y dominar los principios bsicos de la BIODESCODIFICACIN APLICADA y la BIONEUROEMOCIN CONSCIENTE que te permitan tomar accin, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre de auto-saboteadores internos emocionales.2 Edicin Especial Revisada, Actualizada y Extendida(Incluye Ejercicios y Plan de Accin)Coach TransformacionalY LICH TARAZONA Escritor y Conferenciante Internacional

SERIE "Principios Bsicos para Triunfar y Leyes Preliminares del xito" Volumen 2 de 7Sanate a Ti Mismo y Librate del Auto SabotajeAprende a Fortalecer T Guerrero Interior, Equilibrar tus Canales Energticos, Controlar tus Emociones y Dirigir tus PensamientosMaravilloso Libro de AUTOAYUDA, SANACIN y EQUILIBRIO EMOCIONAL que te ayudar a fortalecer t Guerrero Interior en un fantstico viaje de Re-Descubrimiento Personal, que te permitir SANARTE A TI MISMO y LIBERARTE

DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, y desarrollar el mximo de tu potencial humano a un nivel de conciencia superior, que te permita finalmente tomar el control de tu vida, de tus pensamientos, acciones y emociones. En este LIBRO en su EDICIN ESPECIAL aprenders a: * LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas.* Neuro-descodificar y desprogramar hbitos autodestructivos; crendote nuevos mapas mentales ms empoderadores que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el auto-sabotaje interno emocional.* Permitir una ptima configuracin de creencias potencializadoras que te permitan SANARTE A TI MISMO y fortalecer t GUERRERO INTERNO.* Aprender a Equilibrar y Limpiar los PUNTOS ENERGTICOS o Meridianos a travs de las Tcnicas EFT (Tapping), y Liberar el Desequilibrio Psquico Emocional y Entrar en Armona Divina con T SER Interior.* Contar con un PLAN DE ACCIN claro y bien definido paso a paso, que te permita incrementar t INTELIGENCIA EMOCIONAL.* Dominar las tcnicas y metodologas modernas ms efectivas y eficaces de la PNL para tomar control de tus de tus pensamientos, acciones y emociones.* Conocer y dominar los principios bsicos de la Tcnica de Liberacin Emocional (EFT), la BIODESCODIFICACIN APLICADA y la BIONEUROEMOCIN CONSCIENTE que te permitan tomar accin, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre de auto-saboteadores internos emocionales.3 Edicin Especial Revisada, Actualizada y Extendida(Incluye Ejercicios Prcticos y Plan de Accin)Coach

Transformacional Ylich Tarazona Escritor y Conferenciante Internacional

Alguna vez deseaste poder evocar una respuesta deseada con un simple gesto o tono de voz? ¿Sueñas con imponer más respeto en tus círculos sociales y profesionales? Entonces tienes que seguir escuchando... Durante muchos siglos, los psicólogos han estado de acuerdo en una realidad poderosa: la mente humana es enormemente maleable. Las técnicas especiales pueden incitar respuestas inusuales y, en muchos casos, desencadenar comportamientos que entran en conflicto con la verdadera personalidad. Seas consciente de ello o no, estas técnicas son utilizadas contigo diariamente. Las grandes empresas, tu empleador y algunos de tus amigos más cercanos están ejerciendo influencia sobre tus decisiones personales. ¿Seguirás permitiendo que jueguen contigo como una marioneta o también aprenderás a tirar de los hilos? Esto incluye dos libros: Influir sobre las personas: Métodos comprobados para analizar a las personas, controlar tus emociones y lenguaje corporal, y aprovechar la persuasión El poder de la autodisciplina diaria: Prácticos para fortalecer su fuerza de voluntad y superar la procrastinación mediante la creación de hábitos atómicos Aquí hay una breve vista previa de lo que descubrirá Nueve formas de cultivar una inteligencia emocional poderosa AHORA. (¡Sigue estos consejos aprobados por los expertos para desarrollar un fuerte control de tus emociones y convertirte en intocable psicológicamente!) Cómo convertir a alguien en su peor enemigo para que se dirijan a ti inmediatamente en busca de liderazgo. ¡No se requiere agresión! Una guía paso a

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

paso para invertir la psicología y hacer que las personas disfruten darte lo que quieres. Trucos poco conocidos para descifrar los mensajes ocultos en las expresiones faciales comunes y otros tipos de comportamiento. Lo primero que debe hacer cada día que condicionará su mente y cuerpo para una productividad máxima. Cómo vencer los hábitos de auto-sabotaje y eliminar las pérdidas de tiempo que limitan su potencial. Por qué escuchar tus sentimientos puede ser la PEOR decisión que tomes y qué hacer en su lugar. Cómo hackear tu entorno para construir EXPONENCIALMENTE tu autodisciplina y convertir tus planes en victorias tangibles (incluso si nunca has sido confiable en tu vida). Y mucho, mucho más ... Si quieres acceder a estas técnicas avanzadas y pasar de ser "actor" a "actor principal", entonces tienes que **empezar a escuchar este libro!**

¿Eres excelente para planificar, pero a menudo te frustras cuando no los haces realidad? ¿La procrastinación te impide alcanzar tus objetivos? ¿Siempre tienes una excusa para no cumplir con las expectativas? Entonces necesitas seguir leyendo ... No es ningún secreto que la autodisciplina hace posible que las personas tomen mejores decisiones personales y profesionales. Sin embargo, a menudo no tomamos decisiones oportunas sobre las cosas que importan. Retrasamos ir al gimnasio, ahorrar para la jubilación, escribir un informe crucial o hacer esa importante llamada telefónica hasta que sea demasiado tarde. Afortunadamente, existen principios y prácticas que lo ayudarán a aumentar su fuerza de voluntad y superar la dilación. Esto incluye dos libros: El poder de la autodisciplina diaria: Ejercicios prácticos para fortalecer su fuerza de voluntad No más dilación: Hábitos simples para aumentar su

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

productividad y hacer las cosas Aquí hay una breve vista previa de lo que descubrirá Cómo hackear tu entorno para construir EXPONENCIALMENTE tu autodisciplina y convertir tus planes en victorias tangibles (incluso si nunca has sido confiable en tu vida). Lo primero que debe hacer cada día que condicionará su mente y cuerpo para una productividad máxima. Cómo vencer los hábitos de auto-sabotaje y eliminar las pérdidas de tiempo que limitan su potencial. Por qué escuchar tus sentimientos puede ser la PEOR decisión que tomes y qué hacer en su lugar. Los trucos respaldados por la ciencia para reprogramar tu mente para que termines lo que empezaste y cumplas tus promesas, pase lo que pase. ¡Las técnicas probadas y probadas para vencer EFECTIVAMENTE la procrastinación (incluso si siempre has sido un perezoso)! Y mucho, mucho más ... Incluso si a menudo no cumple con los plazos y constantemente se excusa por compromisos incumplidos, la investigación experta detrás de esta guía puede garantizar que identificará cómo las fuerzas externas afectan la motivación, reconocerá el impacto de la mentalidad en el comportamiento y seguirá las mejores prácticas para completar las tareas a tiempo, todo el tiempo Al confiar en la información innovadora de este libro, terminará cada día con una sensación de logro, establecerá su credibilidad y verá sus planes convertirse en realidad. Si desea acceder a las técnicas expertas utilizadas por los mejores logros del mundo y finalmente liberar todo su potencial, ¡debe comprar este libro! Aprende a ser más astuto, y a dominar tu pereza y falta de disciplina. Conviértete en una máquina de producir y alcanza tus objetivos rápidamente. La procrastinación es el monstruo que acecha en cada esquina y que puede arruinar tu vida. Aprende a vencerlo cada vez que aparezca. Ponte en movimiento, abandona la inacción. Comprende y vence tus bloqueos psicológicos. «La ciencia de saber empezar» propone una indagación profunda en nuestra

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

tendencia a dejar todo para último momento. Una obra que revela la ciencia biológica y evolutiva detrás de la procrastinación, y expone de manera esclarecedora un gran número de estudios que analizan y explican cómo vencer los impulsos instintivos para triunfar en nuestra vida personal y profesional. Un libro con soluciones científicas para aplicar de inmediato en nuestra vida diaria, acabar con el monstruo de la procrastinación y ponernos a la cabeza de la manada. Empieza ya mismo, en este instante. Deja de decir «Lo haré más tarde». Patrick King es un emprendedor y autor de libros con gran éxito de ventas a nivel mundial. Sus textos se basan en una amplia variedad de fuentes, como la investigación científica, la experiencia académica, su labor como entrenador y la vida cotidiana. Ha luchado contra la procrastinación durante toda su vida y aquí te ofrece técnicas probadas para vencerla. Descubre la disciplina, la fuerza de voluntad y la motivación que habitan dentro de ti. Derrota a tu pereza interior y canaliza tu energía productiva. En esta obra hallarás: ? Una descripción científica y biológica del hábito de procrastinar. ? Una guía para monitorear tu disciplina de trabajo. ? Tácticas psicológicas para activar la productividad de tu cerebro. ? Métodos para organizar tu vida y protegerte de la procrastinación. ? Estrategias simples pero efectivas para entrar en acción. ? Claves para vencer la parálisis del análisis y otras causas de inacción mental.

¿La procrastinación te impide alcanzar tus metas en la vida? ¿Provoca sentimientos de pánico y temor? ¿Alguna vez te has preguntado cómo podrías aumentar tu concentración y superar la falta de disciplina? Entonces tienes que seguir leyendo... Un estudio reciente dirigido por la empresa de Microsoft descubrió exactamente cuánto tiempo pasan los trabajadores de oficina en un día determinado: tres horas asombrosas. Eso es casi la mitad de las horas productivas de un empleado desperdiciadas en descansos en las redes sociales o un juego en línea

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

rápido. Mientras tanto, los investigadores suecos descubrieron que los empleados terminaron la misma cantidad de trabajo en un turno de seis horas en comparación con el turno habitual de ocho horas. Tal vez la dilación no sea un hábito tan inocente después de todo. Aquí tienes una breve vista previa de lo que descubrirás: Las técnicas testeadas y probadas para vencer eficazmente a la procrastinación (incluso si eres la persona más perezosa del mundo). Lo primero que tienes que hacer cada día que condicionará tu mente y cuerpo para una máxima productividad. Cómo aumentar drásticamente tu motivación incluso si estás presionado por el tiempo, sin gastar un solo dólar. Por qué esta parte del cuerpo es tu arma secreta para superar la procrastinación y la fatiga (pista: no es tu cerebro). Las formas seguras de transformar latecnología distraída y omnipresente en una potente herramienta de productividad. Cómo derrotar los hábitos de autosabotaje y eliminar los tiempos que están limitando tu potencial. El secreto revolucionario para lograr una autodisciplina increíble y un enfoque inquebrantable (sin recurrir a galones de café o drogas que alteran la mente). Y mucho, mucho más... Como bono GRATUITO, también recibirás un capítulo de Estrategias de gestión del tiempo porque realmente creemos en el poder de obtener dominio a lo largo de tu tiempo y enfoque. Incluso si usted es un procrastinador crónico y constantemente frustrado por su incapacidad para cumplir con los plazos, la extensa investigación detrás de esta guía puede asegurar que usted superará la procrastinación mediante el empleo de las mismas técnicas utilizadas por el más puntual y personas productivas. Al confiar en la investigación experta detrás de este libro, identificará cómo las fuerzas externas afectan la motivación, reconocerá el impacto de la mentalidad en el comportamiento y seguirá las mejores prácticas para completar las tareas a tiempo, todo el tiempo. Si quieres acceder a las poderosas

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

herramientas que han sido dominadas por los grandes logros y finalmente liberar tu potencial, entonces deberías comprar este libro!

Has sido elegida. Llamada para vivir tu vida más épica y legendaria. Ser una inspiración para los demás a través de tu ejemplo de superación y tu sabiduría intuitiva. ¡Tu hora ha llegado! Al igual que una flor de loto crece del lodo, las reinas son elevadas desde un entorno desfavorable y turbio. Las dificultades de su vida han pulido su carácter hasta la excelencia y la compasión. La Reina en ti representa tu Yo Superior. Es la expresión más alta de ti. Tu Alma, que hasta ahora ha sido reprimida y olvidada. Sólo desde la posición de una reina puedes cumplir tu destino. A los ojos de Dios, eres perfecta para la misión para la que has sido destinada. Sin embargo, necesitarás tu preparación real. Aquí es donde este libro te será muy útil. Este libro es tu entrenamiento y ascensión a una nueva forma de ser en el mundo - como una mujer espiritualmente despierta. Realizada y amada, en tu Divina Conciencia Femenina de una reina. Sobre la Autora: Justina CARMO es una coach de feminidad y sanadora intuitiva para la nueva ola de mujeres despertando espiritualmente. Sus libros "Riqueza del Alma", "Estrella Espiritual" y "Vuélvete Reina" ofrecen una guía detallada y transformativa sobre cómo expresar nuestra alma y prosperar en nuestro Mayor Propósito. Justina ayuda a las mujeres a despertar su esencia femenina, superar el autosabotaje y transformar su relación con el dinero. Desde 2013, Justina ha estado formando y entrenando a mujeres de manera internacional, llevada por su pasión imparable para inspirar a las mujeres a vivir las mejores versiones de ellas mismas. Justina cree que el éxito es una experiencia holística. Más allá que solo el dinero y el poder, ella cree en crear el éxito a partir de integrar igualmente la salud personal, el bienestar emocional y la contribución.

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

No es suficiente vivir, ¡tienes que vivir bien! Aprende cómo hacerlo en esta guía inspiradora de la autora bestseller del New York Times y adorada actriz Marilu Henner ¿Eres feliz? ¿Estás viviendo la vida que quieres o estás viviendo para otra gente? ¿Te llevas bien con tu familia, amigos, parientes y compañeros de trabajo, o albergas enojo, resentimiento o culpa? ¿Estás trabajando para conseguir un sueño o estás soñando despierto con no trabajar? En esencia, ¿vives bien? Con el brío de una adolescente y la profundidad de una sabia, Marilu desgrana todos los elementos de nuestras vidas—nuestras mentes, nuestros cuerpos y el mundo que nos rodea— que puedan sabotear nuestro progreso, y nos ayuda a descubrir lo mejor en nosotros mismos. Nos señala con exactitud las formas sorprendentes con las que a menudo nos perjudicamos y nos ofrece alternativas inteligentes, sensatas y saludables para vivir mejor. De modo que necesites o no un cambio grande en tu vida o si simplemente quieres mejorar tu vida, deja que Marilu sea tu animadora, musa y guía para vivir bien.

En este libro, el autor nos lleva a los entresijos del autosabotaje, peligro que puede afectar todos los ámbitos de la vida, desde las relaciones familiares y conyugales, hasta la vida profesional, metas y planes de planificación. Fue escrito para ayudar al lector a reconocer el terrible mecanismo del autosabotaje y deshacerse de su poder destructivo. En él se encuentran ejemplos de superación que te inspirarán a identificarte y superar el autosabotaje, abriendo el camino a un nuevo nivel de vida.

Sanate a Ti Mismo y Libérate del Auto Sabotaje Aprende a Fortalecer Tú Guerrero Interior, Equilibrar tus Canales Energéticos, Controlar tus Emociones y Dirigir tus Pensamientos Maravilloso Libro de AUTOAYUDA, SANACIÓN y EQUILIBRIO EMOCIONAL que te ayudará a fortalecer tú Guerrero Interior en un fantástico viaje de Re-Descubrimiento

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

Personal, que te permitirá SANARTE A TI MISMO, LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE, DESARROLLAR EL MÁXIMO DE TU POTENCIAL HUMANO y ENTRAR EN ARMONÍA DIVINA CON TÚ SER A UN NUEVO NIVEL DE CONCIENCIA SUPERIOR que te permitirá finalmente tomar el control de tu vida, de tus pensamientos, de tus emociones y de tus acciones. En este LIBRO en su EDICIÓN ESPECIAL aprenderás a: * LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas. * Neuro-descodificar y desprogramar hábitos autodestructivos; creándote nuevos mapas mentales más empoderadores que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el autosabotaje interno emocional. * Permitir una óptima configuración de creencias potencializadoras que te permitan SANARTE A TI MISMO y fortalecer tú GUERRERO INTERNO. * Aprender a Equilibrar y Limpiar los PUNTOS ENERGÉTICOS o Meridianos a través de las Técnicas EFT (Tapping), y Liberar el Desequilibrio Psíquico Emocional y Entrar en Armonía Divina con Tú SER Interior. * Contar con un PLAN DE ACCIÓN claro y bien definido paso a paso, que te permita incrementar tú INTELIGENCIA EMOCIONAL. * Conocer y dominar los principios básicos de la Técnica de Liberación Emocional (EFT), la BIODESCODIFICACIÓN APLICADA y la BIONEUROEMOCIÓN CONSCIENTE que te permitan tomar acción, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre de auto saboteadores internos emocionales. Serie Principios Básicos para Triunfar y Leyes Preliminares del Éxito Vol. 2 de 73a Edición Especial Revisada, Actualizada y Extendida (Incluye Ejercicios Prácticos y Plan de Acción)*** ~~~*** ~~~*** ~~~Información Relevante de la Presente Edición. Hola que tal mi apreciado lecto. Quiero comunicarte de algunos cambios esenciales que he venido realizando en ésta 3a

Edición Especial. Si posees algunas de mis versiones anteriores; comprobaras que he llevado a cabo algunas revisiones y actualizaciones muy importantes en esta última edición, ya que me parecieron necesarias para lograr cumplir el propósito por el cual escribí este LIBRO para ti. Entre los cambios que he realizado, he incorporado una serie de ejemplos y ejercicios prácticos relacionados con la lección de algunos de los capítulos más relevantes del libro. En los pocos casos en los que edite el texto o cambie parte del contenido, han sido para adaptar mejor las enseñanzas presentadas en la presente obra. Estas modificaciones son casi imperceptibles en la mayoría de los casos, ya que ante todo he querido respetar el manuscrito original y la idea principal del presente LIBRO con sus defectos y virtudes. Por lo que en las pocas ocasiones en las que he incorporado ciertas ideas, he agregado algún punto adicional o he añadido algunos elementos de interés para mis lectores, es porque me ha parecido conveniente, necesario y de vital importancia para la correcta aplicación de los principios contenidos en esta edición. Si has tenido la oportunidad de leer algunos de mis otros libros, has podido apreciar que tanto el estilo literario de mis escritos; así como el estilo característico tipográfico que utilizo al momento de plasmar mis ideas, pretenden un único propósito. Ayudarte a desarrollar el máximo de tu potencial humano al siguiente nivel, y permitirte comprender mejor los conceptos y definiciones que comparto con todos ustedes, con el fin de ayudarlos a interiorizar estos principios vitales y esenciales a su propia vida, generando así los resultados esperados. Con cariño para Ustedes ATENTAMENTE Coach Transformacional YLICH TARAZONA Escritor y Conferenciante Internacional

AUTOCONFIANZA 101 ES EL LIBRO DE AUTO-AYUDA PARA LAS PERSONAS QUE QUIERAN SUPERAR LA INSEGURIDAD, EL AUTO-SABOTAJE Y ELEVAR LA

AUTOESTIMA. La confianza en sí mismo es el punto de partida para la salud psicológica, la felicidad personal, los logros y las buenas relaciones con los demás. La clave para alcanzar sus metas personales y profesionales y vivir la vida de sus sueños reside en el poder de la confianza en sí mismo. La confianza en uno mismo comienza conociéndose a sí mismo, enfrentando los miedos, practicando la aceptación y la autocompasión. AUTOCONFIANZA 101 ofrece estrategias prácticas y accesibles para conocer su mejor versión de sí mismo y alcanzar su máximo potencial. Cuando termines de leer este libro podrás: - Identificar y mejorar el autosabotaje y los comportamientos que le impiden ir y obtener lo que usted desea. - Aprender a tratarse y amarse a ti mismo. - Influencia tu mente - Reconocer tus valores. AUTOCONFIANZA 101 TRANSFORMARÁ TU INTERIOR PARA QUE SEA TU MEJOR VERSIÓN. SERIE "Principios Básicos para Triunfar y Leyes Preliminares del éxito" Volumen 2 de 7 LIBERATE DEL AUTO-SABOTAJE Aprende a Fortalecer tu Guerrero Interior, Liberarte del Auto-Sabotaje Interno, Controlar tus Emociones y Dirigir tus Pensamientos Maravilloso Libro de AUTOAYUDA y SANACIÓN que te ayudará a fortalecer tu Guerrero Interior en un fantástico viaje de Re-Descubrimiento Personal, que te permitirá LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO EMOCIONAL, y desarrollar el máximo de tu potencial humano, comprendiendo las técnicas y metodologías más efectivas para tomar el control de tus pensamientos y emociones. Y al mismo tiempo, aprenderás a: * LIBERARTE DEL AUTO - SABOTAJE INTERNO

EMOCIONAL, los patrones de pensamientos limitantes y las emociones negativas.* Neuro-descodificar y desprogramar hbitos autodestructivos; crendote nuevos mapas mentales que te permitan vencer tus BATALLAS INTERNAS y el auto-sabotaje emocional.* Permitir una ptima configuracin de creencias que te permita fortalecer t GUERRERO INTERNO.* Contar con un PLAN DE ACCIN claro y bien definido que te permita incrementar t INTELIGENCIA EMOCIONAL.* Dominar las tcnicas y metodologas ms modernas de la PNL para tomar control de tus pensamientos y emociones * Conocer y dominar los principios bsicos de la BIODESCODIFICACIN APLICADA y la BIONEUROEMOCIN CONSCIENTE que te permitan tomar accin, hacer que las cosas sucedan y comenzar a vivir una vida libre de auto-saboteadores internos emocionales.7 Edicin Especial Revisada, Actualizada y Extendida (Incluye Ejercicios y Plan de Accin)Coach TransformacionalY LICH TARAZONA Escritor y Conferenciante Internacional

EN ESTE LIBRO APRENDERÁS: Cómo desarrollar la mentalidad y fuerza de voluntad nórdica para eliminar el autosabotaje. Los mejores hábitos de autodisciplina, autocontrol, enfoque poderoso y productividad extraordinaria para alcanzar las metas al estilo de los vikingos. Cómo aplicar técnicas de automotivación y vencer la procrastinación. Hábitos vikingos para desarrollar la autodisciplina en el corto y largo plazo. Cómo tener éxito en el Ragnarok de la vida con fortaleza mental y autodisciplina. ¡Cómpralo ya! Maximus Z. Russell

Bookmark File PDF Como Superar El Autosabotaje

La informacion y el entrenamiento que comparto contigo estan disenados para ayudarte a aprender y darte las herramientas necesarias que te inspiren en tu viaje personal hacia una vida academica llena de logros y exito. Las Tecnicas de Liberacion Emocional (EFT, por su sigla en ingles) pueden ayudarte a traer un rapido y eficaz alivio ante la ansiedad que se produce cuando estas a punto de realizar un examen, al igual que te pueden ayudar a eliminar esos pensamientos que te abruman o te limitan, como veremos mas adelante.

[Copyright: b0d6b1511a1b4239e60efbfbf8d9c236](#)