

20 Soluciones rápidas con pnl

Coaching-pnl para la vida diaria

Carrión López, Salvador A.

Editorial: PNL Books Ediciones

ISBN: 9788493787561

Páginas: 106

Dimensiones: 14,5 X 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 14,00 €



SINOPSIS

Este libro sólo quiere aproximar al lector, de un modo sencillo y práctico, a las técnicas de cambio más poderosas que conocemos. Se trata de aplicaciones de PNL, una metodología nacida en los años 80 del pasado siglo y, que permite llevar a cabo modificaciones de los estados internos con facilidad y en muy poco tiempo.

Hay muchísimas situaciones en la vida que la gente de la calle considera “graves problemas” que pueden resolverse de un modo muy simple. Temas como:

- ¡Alcanza lo que te propongas!
- Cómo motivarnos y transformar la realidad
- Superar la culpa
- Cómo ser naturalmente esbelta@
- La consciencia de sí mismo
- Cómo construir un futuro real y potenciador
- Cómo superar felizmente la depresión posvacacional
- Libérate de la fobia social
- Potenciando la autoestima
- Haciendo frente a las dificultades de aprendizaje
- Superar la inseguridad
- Afrontar crisis y superar problemas
- En la piel del otro
- Puente al infinito: Un camino a la espiritualidad

Son tratados por el autor de un modo simple pero práctico, para que cualquier persona pueda