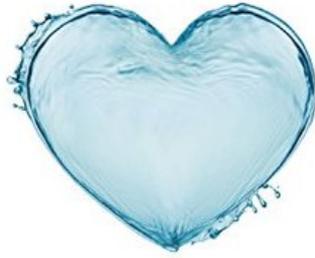


Reprogramación emocional



Nicolás Pascual Sancho

Letrame
Grupo Editorial

Reprogramación emocional

NICOLAS PASCUAL SANCHO

Download now

Read Online 

Reprogramación emocional

NICOLAS PASCUAL SANCHO

Reprogramación emocional NICOLAS PASCUAL SANCHO

CONSCIENTE

Aunque es sabido que la felicidad en gran medida está vinculada a nuestra capacidad para gestionar las emociones, en muchos aspectos, nuestra cultura social parece estar enfocada al desarrollo del intelecto, sin tener en cuenta la importancia del desarrollo de la Inteligencia Emocional, debido a ello, tenemos una sociedad con unos niveles de estrés, frustración, y ansiedad muy elevados, en gran medida provocados por no tener herramientas para gestionar nuestras emociones. En este libro, encontraras explicaciones que te ayudaran a conocerte, comprenderte y a gestionar tus emociones, además de ejercicios prácticos que te ayudaran a identificar y resolver los conflictos emocionales desde su origen.

INCONSCIENTE

Nuestro cerebro, es una herramienta extraordinaria que graba y procesa todas las sensaciones y emociones que percibe a través de los sentidos, desde antes de nacer hasta el momento presente. Muchas de esas emociones quedan plasmadas en nuestra memoria inconsciente, e influyen, en la forma en la que nos relacionamos con nuestro entorno. Podríamos decir, que la memoria inconsciente dirige el guion de nuestra vida, es, quien marca las pautas que rigen nuestro comportamiento. Este libro puede ayudarte a comprender y a contestar las siguientes preguntas, así como facilitarte pautas y herramientas que te ayudaran a resolver dichos comportamientos.

¿Por qué algunas personas tienen comportamientos adictivos que no pueden controlar?

¿Cómo es posible que una persona adulta e inteligente tenga miedos irracionales y fobias, que no puede afrontar ni superar?

¿Por qué tenemos comportamientos de dependencia emocional?

¿Por qué se repiten algunos patrones a lo largo de nuestra vida?

Reprogramación emocional Details

Date : Published February 22nd 2018

ISBN :

Author : NICOLAS PASCUAL SANCHO

Format : Kindle Edition

Genre :

 [Download Reprogramación emocional ...pdf](#)

 [Read Online Reprogramación emocional ...pdf](#)

Download and Read Free Online Reprogramación emocional NICOLAS PASCUAL SANCHO

From Reader Review Reprogramación emocional for online ebook

Reprogramación emocional Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Reprogramación emocional NICOLAS PASCUAL SANCHO books to read online.