

Connie Palladino, Ph.D.

COMO DESENVOLVER A

AUTO-ESTIMA

Um Guia para o Sucesso

- Arrisque Mudar e Superar os Medos
- Desenvolva um Sistema de Convicções Positivo
- Reverta Padrões de Pensamento Negativos
- Como Agir para Alcançar o Sucesso



Resumo de Como Desenvolver a Auto-Estima. Um Guia Para o Sucesso

Praticando os exercícios sugeridos na obra e lendo cuidadosamente o material, o leitor poderá aumentar as suas chances de sucesso e melhorar a sua auto-estima, tanto no trabalho quanto na sua vida pessoal.

A auto-estima é uma característica que pode ser melhorada por qualquer pessoa disposta a comprometer-se com a positiva tarefa do autodesenvolvimento. Os conceitos e exercícios contidos neste livro foram colocados em prática por centenas de indivíduos em um workshop intitulado Believe in Yourself and Make It Happen.

O feedback e os esclarecimentos dessas pessoas estão contidos nesta obra.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)