Tornando tudo mais fácil!

Exercícios de Programação Neurolinguística

PARA LEIGOS®

DUMMIES

Aprenda a:

- Usar estratégias que ajudam a se livrar de uma vez por todas dos pensamentos negativos
- Aplicar exercícios para melhorar sua capacidade de se conectar e se comunicar
- Seguir técnicas que o colocam no estado de espírito para o sucesso
- Utilizar todas as ferramentas necessárias para uma mudança pessoal

Romilla Ready
Kate Burton
Autoras de Programação Neurolinguística Para Leigos

Exercícios de Programação Neurolinguística
PARA LEIGOS®
Ready
Burton

ALTA BOOKS

Resumo de Exercícios de Programação Neurolinguística Para Leigos

Desenvolva estratégias positivas para alcançar sucesso na vida pessoal e profissional. A programação neurolinguística é um sistema poderoso que o leva a uma mudança pessoal positiva. Com este livro de exercícios, as autoras de Programação Neurolinguística Para Leigos mostram como colher os benefícios dessa mudança.

Ele está repleto de exercícios em que você poderá praticar e descobrir como iniciar um processo para aumentar a percepção de si mesmo, desafiar suas crenças e obter um poder pessoal ainda maior para que possa adquirir controle sobre seu presente e consiga moldar seu futuro.

Explicações rápidas e atualizadas — Dicas e truques práticos que podem ajudá-lo a melhorar o modo como vê e vive a sua vida; Método passo a passo — Utilize tabelas rápidas que se ajustam às habilidades que deseja desenvolver e provoque mudanças na carreira ou na vida pessoal; Exercícios práticos — Métodos para administrar seu estado emocional mesmo em situações fora de controle; Criando objetivos bem formulados para sua vida — Direcione ao rumo que quer alcançar analisando como é sua vida atualmente e o que deseja realizar.

Abra este livro e encontre: Como avaliar seus padrões de pensamento para desenvolver uma atitude mental positiva; Técnicas de comunicação confiante e eficaz; Exercícios para administrar suas emoções; Métodos para livrar-se dos hábitos negativos; Ferramentas para estabelecer objetivos e atingir o sucesso; Maneiras de levar a PNL para o seu ambiente de trabalho.

Acesse aqui a versão completa deste livro