

Where To Download Como Tratar Con Personas Emocionalmente Explosivas

Como Tratar Con Personas Emocionalmente Explosivas

¿Cansada de que te rompan el corazón? ¿Siempre es la misma historia en el juego de las citas? ¿Comienzan por aparentar ser el mejor hombre pero termina siendo un patán peor que el anterior? Entonces sigue leyendo... “Un hombre tóxico provoca emociones negativas, se pone mal contigo o no te trata bien, te hace sentir mal contigo misma, lo que afecta a tu comportamiento y autoestima”. - Lillian Glass
Todos hemos estado enamorados o ilusionados de una persona que no nos da el lugar que merecemos. Casi nunca es por maldad, solamente es el egoísmo que le marca dichas acciones. Podemos saber que no nos conviene, que merecemos más, que ahí no vamos a encontrar un futuro feliz y aún así... caemos siempre en lo mismo. No siempre tiene que ver con una baja autoestima, en ocasiones se convierte en una adicción, un reto, un miedo a no encontrar jamás alguien que nos haga sentir lo que esa persona provoca en nosotros.
En la práctica que nos haga salir de ahí, sólo nosotros podemos poner un alto y alejarnos. ¿Cuál es el momento correcto? No hay un momento indicado. Lo ideal sería jamás someternos a esas arenas movedizas que solamente causan ansiedad, un eterno nudo en el estómago, una obsesión en redes sociales y un desazón cada vez que nos recordamos y evaluamos nuestro comportamiento. En este libro, descubriremos: Aprende a identificar estos rasgos tóxicos en una persona que recién conoces. Conoce qué actitudes son propias de una persona manipuladora. Aprende la diferencia entre personas egoístas y personas narcisistas; además de cómo identificarlas. Identifica y evita aquellos hombres no disponibles emocionalmente. Consejos comprobados sobre cómo evitar a los patanes. Y mucho más... La vida de una mujer soltera está llena de aventuras y entre ellas, unas cuantas que digamos, no son las más agradables. ¿Estás lista para hacer tu armadura contra patanes? ¡Esta es la señal que tanto estabas buscando! ¡Desplaza hacia arriba y añade al carrito!
Some of the themes are:
- The initial impact- Facing terminal illness- Death, a part of life- Preparing for death- Life after death and much more.

En estos últimos dos años, tanto por causas internacionales como propias de cada país, el mundo sufre una crisis económica que está deparando unas consecuencias muy negativas para el mercado laboral, que provocan enormes dificultades para conseguir el primer empleo o para buscar trabajo después de un despido. Este libro enseña las técnicas de éxito en la obtención de un puesto de trabajo y las estrategias adaptadas especialmente a una situación de crisis económica. El autor, director de empresas internacionales y ex caterático, ha dedicado más de treinta años a investigar y conocer las causas del fracaso o del éxito en la conquista de un empleo las cuales explica detalladamente en esta obra. En ella se aborda, por un lado, cómo descubrir y potenciar los imprescindibles valores de corte psicológico y emocional, así como todo lo que una persona debe conocer sobre los aspectos prácticos que van detrás de realizar un currículum hasta cómo presentarse en una entrevista de trabajo sabiendo de lo que se debe y no se debe hablar, hasta cómo buscar provechosamente las mejores ofertas de empleo que se ajustan favorablemente a cada perfil. Quizá sea este uno de los libros más útiles de que puede disponer alguien que busca empleo, y útil tanto para un ejecutivo, un abogado, un obrero o un técnico o profesional en cualquier oficina o área laboral. Léalo, aprovéchelo y posiblemente comience a mejorar su vida.

Testimonios sobre trastornos de personalidad
El más reciente libro del autor de éxitos de ventas No. 1 del New York Times John C. Maxwell mejorará las vidas de sus lectores, líderes y cualquiera que desee alcanzar el éxito profesional y personal. A menudo utilizamos la palabra capacidad como si fuera una ley natural sobre la limitación. Desafortunadamente, la mayoría de nosotros nos sentimos más cómodos definiendo nuestros límites en lugar de nuestras posibilidades. ¿Será posible que muchas personas han permitido que lo que ellos perciben como una capacidad los defina? ¿Habrán permitido que su percepción limite sus actitudes acerca de su potencial? En su más reciente libro, John Maxwell enseña formas prácticas para deshacerse del “topye” de su capacidad. John afirma que usted puede aumentar su capacidad al quitarse sus topes e identifica, crece y aplica sus capacidades criticas a la vida diaria.

Cómo Lidiar con el Apego Emocional

El factor proactivo (The Proactiva Factor)

Relaciones Emocionalmente Sanas

El Arte de la Estrategia

Negociacion desigual, la

Cómo tratar con personas conflictivas

¿Conversas o predicas?

Entrenamiento de la Inteligencia Emocional: Entrena a diario tu inteligencia emocional con m7s de 13 ejercicios prcticos Mejora la empat?a y desarrolla habilidades sociales ¿Quieres aprender m7s sobre este tipo de inteligencia y saber por qu? la inteligencia emocional Enriquece nuestra existencia? ¿Te gustar?a mejorar tus habilidades, desarrollarte personalmente y tener 7xito tanto a nivel profesional como privado? ¿Est7s buscando ejercicios que se puedan utilizar directamente en el d7a a d7a y que ayuden a incrementar la inteligencia emocional? Ser capaz de gestionar mejor los propios sentimientos y empatizar con otras personas «Lo 7nico que importa en la vida es el coeficiente intelectual? ¡NI hablar! En realidad, la importancia de los sentimientos se ha subestimado durante mucho tiempo, aunque es conveniente aceptarlos y prestarles la atenc7n correspondiente. Todo esto, junto con la empat?a y la gesti7n de las relaciones, se puede resumir en el tr7mino de la inteligencia emocional. Ahora bien ¿por qu? son tan importantes estas habilidades? Especialmente en lo que respecta a la vida social, las relaciones con los dem?s y, por lo tanto, tambi7n en el terreno laboral, se trata de si podemos ponernos en el lugar de otras personas. Es probable que quienes no sean capaces de entender o de aceptar los sentimientos de otros presenten dificultades a nivel interpersonal y en las relaciones. Las otras personas no se sienten comprendidas, no quieren o no pueden hablar sobre sus problemas y se alejan de inmediato, de modo que pronto surgen conflictos de cualquier naturaleza como consecuencia». Con esta pr?ctica gu?a, aprender?s... qu? se entienda por inteligencia emocional y por qu? es importante ... que efectos tiene la inteligencia emocional en la vida ... en qu? se diferencia la inteligencia emocional y el coeficiente intelectual y c?mo puedes medir la primera ... lo que distingue a las personas emocionalmente inteligentes y lo que no ... a reconocer y aceptar tus propios sentimientos ... a controlar tus emociones y a no reprimirlas nunca m?s ... a distinguir y valorar mejor los sentimientos de los dem?s... a tratar mejor al resto de los seres humanos ... por qu? la inteligencia emocional es importante parael 7xito profesional ... c?mo lograr que tus relaciones sean m7s felices y satisfactorias ... qu? ejercicios contribuyen a desarrollar la inteligencia emocional ... ¡Y mucho m?s! ¡Adquiera el libro hoy mismo y aumenta tu inteligencia emocional para comenzar a llevar una vida feliz y llena de 7xito! ¡Te sorprender? el f?cili que es la vida cuando haces de la ?tica una prioridad. En este libro aprender?s b?sicamente lo que es la ?tica personal, el porqu? de su importancia, c?mo la puedes aplicar a tu vida diaria y por qu? hacerlo te ayudar? a vivir una vida m?s productiva y feliz. La vida no es f?cil. Est? llena de desaf?os. La forma en que navegamos a trav?s de esos desaf?os determina nuestro ?xito en la vida. Si quieres aprender m?s sobre c?mo pensar de manera m?s efectiva sobre las decisiones que tomas, este libro te ayudar? a hacerlo. Este libro es un manual de la vida que busca el bienestar en la vida y tus valores personales en el contexto de la toma de decisiones de cada d?a. En otras palabras, ¿c?mo pueden ser personas mejores y m?s ?ticas? ¿C?mo y por qu? deben ser ?ticos con sus amigos? ¿Qu? valores deber?an considerar a la hora de decidir si desean o no probar las drogas y beber alcohol? ¿C?mo y por qu? debemos ser ?ticos cuando salimos con alguien y cuando rompemos una relaci?n? ¿C?mo pueden aplicar nuestros valores a nosotros mismos cuando estamos de duelo? Y lo m?s importante, ¿por qu? todo esto es tan importante?

Cómo tratar con personas emocionalmente explosivasEAF

Es comú que muchas personas consideren los números y las matemáticas como algo difícil, abstruso y aburrido. Nada más falso; el cálculo mental puede ser un elemento de magnífico entretenimiento y, tal como demuestra esta obra, hay una forma de abordar las matemáticas tan creativa como recreativa. Además, todo lo que nos rodea está sujeto a los números, y de muchas formas diversas las matemáticas están presentes en nuestra vida cotidiana haciéndonos necesario su manejo. Pero lo más importante es que está demostrado que el cálculo mental es un ejercicio imprescindible para aumentar la inteligencia, mantener el cerebro en forma y prevenir el envejecimiento prematuro de las neuronas, permitiéndonos tener una mente más activa, lógica, potente y ágil. En este libro, el autor, poseedor de varios récords mundiales de cálculo mental rápido, nos ofrece la posibilidad de abordar los números, el cálculo y las matemáticas desde una perspectiva tan amena como enriquecedora, ya que con numerosos ejemplos, “trucos” y ejercicios nos ayuda a desarrollar una mente matemática más potente que le servirá para aplicarla a asuntos tan diversos como invertir en Bolsa, utilizarla en el deporte, participar en juegos de azar, apreciar y comprender mejor la armonía del arte, o simplemente poder realizar sin calculadora cambios de moneda o reparar rápidamente una cuenta de gastos. Una obra imprescindible que su cerebro sabrá apreciar.

Si existe una realidad que nos afecta, sorprende y desconcierta, ¿por qué? ¿Hay una forma de atender a los jóvenes a pensar y debatir sobre su ética y sus valores personales en el contexto de la toma de decisiones de cada día. En otras palabras, ¿cómo pueden ser personas mejores y más éticas? ¿Cómo y por qué deben ser éticos con sus amigos? ¿Qué valores deber?an considerar a la hora de decidir si desean o no probar las drogas y beber alcohol? ¿C?mo y por qu? debemos ser ?ticos cuando salimos con alguien y cuando rompemos una vida personal y extraordinario forma su incoherence porque, al igual que cada persona, cada sueo es único. Sin embargo, hay sueos reveladores, de advertencia, de atención, de incitación...cada uno de ellos le están hablando de algo. Escúchehos y sepa que están intentando decirle porque seguro que sus mensajes le ayudarán a vivir mejor.

C7mo Tratar con Madres o Padres Narcisistas

Control Mental Para Una Vida Mejor, Éxito En El Trabajo y Relaciones Más Felices. Mejora Tus Habilidades Sociales, Supera la Negatividad y Incrementa Tu Empatía (Spanish Version)

A pesar de la crisis y el desempleo

Un persarinar de cuarenta días con el Oficio Diario

La Guía de Supervivencia para Hijos de Padres Narcisistas, Inmaduros y Difíciles de Tratar

Escuelas que emocionan (eBook-ePub)

Incluso si no puede sportarlos

En el mundo de la empresa se ha creído que ciertos valores como el control, la disciplina o el seguir las reglas son los pilares sobre los que se asienta el éxito. Sin embargo, la experiencia ha demostrado que valiéndose solo de estos principios cualquier empresa está destinada al fracaso.

Todos podemos desarrollar y mejorar nuestra mente hasta límites insospechados. Solo es necesario desearlo, acceder a un método eficaz, y disponer de un guía experto. Ramón Campayo, campeón mundial de memorización y lectora rápida- con varios récords mundiales en su haber- y avalado por una amplia experiencia didáctica, nos propone este libro que es la obra más completa nunca publicada en esta materia que le permitirá estudiar, preparar exámenes y oposiciones de la manera más práctica, fácil, rápida y efectiva. Siguiendo los métodos claramente descritos en el libro, usted podrá aumentar ostensiblemente su capacidad de memoria y su rapidez de lectura y comprensión en muy poco tiempo, además incluye métodos de aprendizaje, técnicas de estudio y preparación psicológica. Este libro está dirigido no solo a aquellos estudiantes que esperan obtener un rendimiento del 100%, sino a todo el mundo que desee multiplicar su fuerza mental. No lo olvide: si una persona conoce los secretos de su mente y como utilizarlos correctamente y positivamente, podrá superar muchos problemas de su vida cotidiana y erradicar gran parte de sus preocupaciones.

¿Te has preguntado si has desarrollado un alto grado de dependencia emocional hacia alguien? ¿Cómo puedes saber con certeza si eres una persona con apego emocional? ¿Se te hace difícil separar el apego emocional con el amor? Entonces sigue leyendo... “Trata de no confundir el apego con el amor. El apego tiene que ver con el miedo y la dependencia y tiene más que ver con el amor a uno mismo que al amor a los demás”. - Yazemin Moghadh. El apego en pareja, social o familiar, es un todo un tema para muchas personas en la actualidad. Lamentablemente se puede convertir en un problema y es importante que aprenda a identificarlos para salir de ese tipo de situaciones. Es muy común que “te pegado” acabe dejando de lado a ti, a sus amigos, a sus gustos o a su círculo de amistades para seguir al otro. Lo peor no es que lo haga, sino que ni siquiera sea consciente de lo que está haciendo. Justifica esa dependencia escudándose en el amor, en el enamoramiento, pero en el fondo es consciente de que no es feliz. Ha renunciado a todo para luchar por una relación que no le hace crecer. ¿Te ha pasado alguna vez? Es probable que lo hayas vivido y ni siquiera te hayas dado cuenta, o que lo hayas vivido pero que al final, te arrepientes de haberlo hecho. ¿Cómo evitar la dependencia emocional en nuestras relaciones. Descubre si eres emocionalmente dependiente. Consejos efectivos para inducir a la independencia emocional. Y mucho más... Los seres humanos somos animales sociales. Para sentirnos emocionalmente seguros necesitamos fuerza y confianza en las relaciones con otras personas. Cuando nos falta un apego seguro a alguien querido, podemos otorgar significados profundos o cualidades humanas a nuestras posesiones inanimadas para rellenar ese vacío. Creemos que con el contacto físico los objetos se impregnan de nuestra esencia y que nos impregnanos de la de otros cuando tocamos su cuerpo. ¿Vive vínculos emocionales más sanos ahora? ¿Desplaza hacia arriba y añade al carrito de compra!

En la vida y en el trabajo, podemos encontrarnos con personas con las que resulta difícil relacionarse, y esto puede provocar tensión y situaciones difíciles que nos complican la vida. Este libro va dirigido a cualquier persona que trate con personas conflictivas, es decir, a todo el mundo. Está especialmente indicado para cualquier persona que pretenda trabajar en equipo, para quienes tengan riesgo de mobbing, para padres de hijos adolescentes, para casados que pretendan seguirlo siendo... así como para quienes quieren vivir libre de estrés.

El factor proactivo es un documento altamente realista sobre la problemática que en cuanto a gestión de comunicación afecta a líderes y equipos de las empresas contemporáneas. Su realismo parte de 17 años de estudio en empresas analizando casos y conductas que han llevado a equipos tanto a gravísimos errores como a fabulosos triunfos en ambientes excelentes. Sin embargo, más que una compilación, es una muestra de perfiles con propuestas de solución prácticas que permitirán al lector definir estrategias a la hora de mejorar las posibilidades de éxito de líderes y equipos en cualquier tipo de organización.

AYUDA a tu hijo a entrenar su inteligencia

COMO TRATAR A LOS PARIENTES

El arte de la guerra para la mujer en el trabajo

Lecciones de negociación basadas en la antigua sabiduría china
¡La Guía Definitiva Para Terapia Cognitivo-Conductual y EQ Para Mejorar el Manejo de la Ira, la Ansiedad, la Depresión, el Insomnio, el Pensamiento Negativo, el Pánico y el Estrés!

Peak Serie Inteligencia Emocional IHR: Comunicación

Cómo Evitar los Hombrs Tóxicos, Narcisistas y Completos Patanes

Muchos de nosotros nos reprimimos porque creemos firmemente que nuestras habilidades son finitas. Pero ¿y si nuestras supuestas limitaciones son solo una ilusi ó n? En EL PODER DE SU POTENCIAL, John Maxwell identifica y examina las diecisiete capacidades clave que todos poseemos. Algunas nacemos con ellas, como por ejemplo, ó c ó mo nos relacionamos naturalmente con otras personas. El resto son elecciones, a menudo inconscientes, incluyendo nuestra actitud o disciplinas personales. Todas son expandibles. Maxwell brinda consejos claros y fáciles sobre lo que usted puede hacer para mejorar en cada una de estas 7 áreas. Desde aprender a manejar sus emociones y aumentar su energía i hasta conquistar la procrastinaci ó n y sentirse m ás ó c modo al asumir riesgos, usted superará a sus propias expectativas para ser mejor de lo que alguna vez pens ó que fuera posible. Derivado del material publicado previamente en Sin l í mites. A pesar de lo importante que resulta saber conversar de forma efectiva, no nos ense ña a hacerlo. Una gran parte de los conflictos que pueden surgir en los diferentes á mbitos de nuestra vida se debe a que mantenemos una comunicaci ó n m uy pobre no solo con los otros, sino tambi n con nosotros mismos. Este libro es una gu í a sencilla para aprender unas herramientas b á sicas muy efectivas para enriquecer nuestra comunicaci ó n mediante el poder del di á logo consciente y dirigido, el arte de preguntar, la gesti ó n de las emociones, el enfoque persuasivo o la escucha emp á tica y otras muchas habilidades que se pueden conseguir de forma sencilla y que se ilustran con ejemplos pr á cticos y sencillos que se exponen a lo largo de la obra. Adem á s, en esta tarea de prevenir problemas resulta imprescindible reflexionar sobre la naturaleza humana, es decir, ó c ó mo nos pensamos, ó c ó mo nos sentimos, ó c ó mo nos comunicamos, ó ó mo nos actuamos y ó c ó mo nos relacionamos, pues todo ello influye en los conflictos. De lo contrario, ser í a como si pretendi é semos arreglar el mundo sin arreglarnos a nosotros primero. Por ello, tambi n la autora comparte su experiencia en el estudio de diversos autores que le sirvieron de ayuda en su propio autoconocimiento. Seguro que con esta aventura que va del «yo» a los «otros» podr á s llegar a ser un buen conversador evolucionado del siglo XXI.

¿ Has notado que la relaci?n que tienes con tus padres te afecta a diario? ¿ Te encuentras con problemas frecuentemente debido a los actos ocasionados por tus padres? ¿ Te has preguntado si podr?as estar lidiando con padres o madres narcisistas o t?xicos y te gustaría saber qu? hacer al respecto? Entonces sigue leyendo “Mientras contin?es reaccionando fuertemente a ellos, les das el poder sobre ti, lo cual les permite controlarte” - Susan Forwards
Un factor en com?n en las personas con traumas psicol?gicos es una infancia poco saludable, relaci?n poco saludable con sus padres. En ocasiones, a pesar de una infancia poco favorable, las personas son capaces de llevar una vida llena de amor, significado y felicidad. Sin embargo, a?n tienen heridas que sanar para llevar una vida plena. Tal vez tienes mucha ira y desatas tu enojo a la menor provocaci?n, lo que conlleva una vida de miseria para tu familia. O, a?n peor, tal vez tienes miedo de tener una familia propia en el caso de que te vuelvas igual a tus padres. Se estima que una de cada cuatro personas sufre de traumas por tener al menos un padre t?xico en su vida. Entonces te estar? preguntando... ¿ a qu? tus padres emocionalmente inmaduros? No importa cu?l sea el problema que se enfrente como adulto, al final de cuentas puedes ser curado de tu dolor y de las cicatrices del pasado y, por lo tanto, ser una mejor persona, pareja y padre en el momento presente. Con este libro, descubrir?s: Todo lo que necesitas saber sobre la inmadurez emocional en los padres. Descubre los diferentes tipos de padres inmaduros que existen. El impacto negativo que pueden tener en tu vida adulta crecer con padres emocionalmente inmaduros. Consejos comprobados para eliminar los pensamientos de duda y c?mo cambiarnos por medio de amor propio. Te guiamos paso a paso en el camino hacia la sanaci?n interior. Descubre todo sobre c?mo sanar la relaci?n con tus padres y c?mo deshacerse de relaciones t?xicas. Y m?s... Una de las grandes consecuencias de crecer con padres emocionalmente inmaduros es la dificultad de desarrollar relaciones saludables y amorosas que superen la prueba del tiempo. Podemos ver, a menudo, que las personas crecidas por padres narcisistas suelen carecer de autoconfianza. Al final, las consecuencias de crecer con padres emocionalmente inmaduros pueden durar toda la vida, afectando a una persona incluso despu?s de haber dejado de los confines de su hogar de la infancia. Iniciar un proceso de sanaci?n no es sencillo, por lo que no rendirse representa un reto para cualquiera pero se debe continuar por el deseo de deshacerse del dolor y sufrimiento para por fin ser la persona que deseas. ¿ No lo dudas m?s? Si te gustar?a mejorar tu relaci?n con tus padres, tu familia y contigo mismo, ¿ este libro es para ti! ¿ This Despl?tze hacia arriba y a?ade esta gu?a al carrito ahora!

Changing hearts is an important part of changing minds. Research shows that appealing to human emotion can help you make your case and build your authority as a leader. This book highlights that research and shows you how to act on it, presenting both comprehensive frameworks for developing influence and small, simple tactics you can use to convince others every day. This volume includes the work of: Nick Morgan Robert Cialdini Linda A. Hill Nancy Duarte This collection of articles includes: “Understand The Four Components of Influence,” by Nick Morgan; “Harnessing the Science of Persuasion,” by Robert Cialdini; “Three Things Managers Should Be Doing Every Day,” by Linda A. Hill and Kent Lineback; “Learning Charisma,” by John Antonakis, Marika Fenley, and Sue Liechti; “To Win People Over, Speak to Their Wants and Needs,” by Nancy Duarte; “Storytelling That Moves People,” an interview with Robert McKee by Bronwyn Fryer; “The Surprising Persuasiveness of a Sticky Note,” by Kevin Hogan; and “When to Sell with Facts and Figures, and When to Appeal to Emotions,” by Michael D. Harris. How to be human at work. The HBR Emotional Intelligence Series features smart, essential reading on the human side of professional life from the pages of Harvard Business Review. Each book in the series offers proven research showing how our emotions impact our work lives, practical advice for managing difficult people and situations, and inspiring essays on what it means to tend to our emotional well-being at work. Uplifting and practical, these books describe the social skills that are critical for ambitious professionals to master.

Durante miles de a ñ os, las mujeres han vivido en sociedades dominadas por los hombres y han aprendido la importancia que tiene una actitud aparentemente sumisa para conseguir una victoria. En general, dejamos que los hombres crean que tienen el mando, pero solemos conseguir nuestros prop ó sitos simulando que acatamos su voluntad. Intuitivamente, las mujeres siempre hemos utilizado algunas estrategias de El arte de la guerra para manejar a nuestros maridos, amantes, hijos, jefes, amigos y clientes, y para negociar con ellos. Ignor á bamos que é ramos estrategias disfrazadas. Pero ya es hora de que aprendamos la totalidad del arte de la guerra,pero ya es hora El arte de la guerra, del general Sun Tzu, data de alrededor del a ñ o 460 a. de C., es el texto m ás a famoso de estrategia jam á s escrito y hoy es un libro imprescindible en el á mbito empresarial. Sus ense ñ anzas son sabias, eternas y eficaces, y en esta obra han sido adaptadas para aplicarlas a cualquier situaci ó n a la que deba enfrentarse una mujer de hoy. Usted puede convertirse en una eficaz estratega, convertir las situaciones conflictivas en ventajas y lograr de un modo m ás efectivo sus objetivos, independientemente de que ambicione ser una directora general, una empresaria, una maestra de escuela, un ama de casa, una agente de bolsa, una buena madre o una buena l í der.

Inteligencia Emocional

Emotional Intelligence

De las zapatillas de cristal a las botas de combate

Entrenamiento de la Inteligencia Emocional

Fortalece tu mente

Descubre que Hacer sí te Encuentras en una Relació n con un Pat á n y C ó mo Evitarlos en el Futuro

Gu í a para reducir el estr é s y mejorar las relaciones interpersonales
Una síntesis del sutil arte de la estrategia china según sus fuentes más clásicas: Confucio, Lao Tse, el I Ching o El arte de la guerra de Sun Tzu. El encuentro de Occidente con esta milenaria sabiduría, basada en un profundo conocimiento de la naturaleza humana, está modificando los puntos de vista de dirigentes, empresarios, ejecutivos y políticos sobre los conceptos de negociación y dirección, proponiendo un cambio tanto en los planteamientos éticos como en la metodología de acción. Un libro que aporta un enorme caudal de conocimientos intelectuales y práctico aplicable al mundo de la política, la empresa y los negocios. Daniel Goleman offers a vital new curriculum for life that can change the future for us and for our children.

¿A tu corta edad te ha convertido en la persona más madura de tu hogar? ¿A menudo buscas en otro lado apoyo emocional porque no puedes recurrir a tus padres? ¿Tu casa ya no se siente como un lugar seguro y feliz? Entonces sigue leyendo... “La infancia es la época en la que cada ser humano debería tener el derecho a ser completamente feliz”. - Anónimo
Ser madre o padre definitivamente no es una tarea fácil. A pesar de ello, las madres y los padres deberían saber que sus palabras pueden afectar a sus hijos/as. Sin embargo, siempre existen malos hábitos que pueden perjudicar a las personas de nuestro alrededor y sobre todo a los niños/as. De hecho, existen algunos padres tóxicos con actitudes que pueden ser dañinas hacia sus hijos. ¿Te suena familiar? Es importante conocer las señales que identifican a un padre tóxico para saber qué hacer ante una situación de maltrato emocional. En este libro, descubriremos: Todo lo que necesitas saber sobre la inmadurez emocional. Diferentes tipos de padres emocionalmente inmaduros. Conoce las consecuencias de crecer con padres emocionalmente inmaduros. Cuatro pasos para la sanación interior. Cómo practicar la mente propia y desbloquear tu potencial. Y mucho más... Haber tenido una infancia difícil, no es excusa para convertirnos en seres humanos difíciles. Todos tenemos nuestras propias heridas de guerra. Pero solo tú puedes hacer que te defina o sean inspiración para crecer y ser mejor. ¡En este libro están las respuestas que tanto has buscado! Tienes derecho a tener una vida feliz y satisfactoria ¡Desplaza hacia arriba y añade al carrito!

A través de estas páginas, la destacada psicóloga chilena, Neva Milicic, transforma las complejas expresiones clínicas de la psicología en un lenguaje sencillo y cercano a los padres, con ejemplos de situaciones cotidianas. A través de estas páginas, la destacada psicóloga chilena, Neva Milicic, transforma las complejas expresiones clínicas de la psicología en un lenguaje sencillo y cercano a los padres, con ejemplos de situaciones cotidianas.

Las emociones nos acompañan en nuestra vida desde que nacemos. Poner nombre a las emociones es importante para afrontarlas ó potenciarlas. A veces es necesario oxigenarlas, aclararlas ó bien reconocerlas para poder dar a nuestra vida una dimensión más positiva. Prestar atención a nuestro mundo emocional y reconocer nuestros pensamientos con sus sentimientos y emociones nos ayudará a gestionarlos para mejorar nuestra calidad de vida. La felicidad depende de la positividad con la que vivimos los acontecimientos de cada día, y a todos nos cuesta hablar de lo que sentimos y reconocer qué nos ocurre y qué potencialidades o habilidades tenemos o cómo podemos descubrirlas: es como podemos descubrirlos, por suerte, se puede aprender. Las autoras de este trabajo exponen de forma clara y didáctica qué son las emociones, sus principales características y cómo funcionan en nuestra vida cotidiana. Además, explican con detalle cuáles son las principales emociones

El directivo emocionalmente inteligente
Desarrolla una mente prodigiosa
El poder de su potencial

Inteligencia Emocional 2.0

Elimina el Ciclo de Dependencia Emocional y se Completamente Libre de lo que te Mantiene Atrapado

Descubre las Habilidades de Liderazgo para Aumentar tu EQ y Mejorar tu Toma de Decisiones

Guía S.O.S para Lidiar con Padres Tóxicos o Inmaduros

Inteligencia Emocional 2.0: Dominando las emociones humanas para una vida mejor, y relaciones más felices. Éxito en los negocios, mejorar su agilidad emocional y habilidades sociales ¿Está interesado en conocer el poder oculto de sus emociones? ¿Quiere explorar las tácticas emocionales para tener éxito en su negocio? ¿Siempre ha soñado con convertirse en un líder poderoso e influyente entre los demás? Si estas preguntas te susnan intrigantes, aquí tienes la respuesta. Sigue leyendo. Sigue leyendo. Las emociones son poderosas y beneficiosas cuando se sabe cómo utilizarlas de manera correcta. Las emociones tienen el poder de hacer o deshacer una relación. Pueden ayudarte a fomentar una relación duradera con alguien, ya sea una relación íntima o una relación de negocios. La inteligencia emocional es el factor más poderoso cuando se trata de liderazgo y trato con los demás. Este libro está repleto de estrategias emocionales correctas para aprovechar sus emociones de forma eficaz. También le guiará para tratar con mayor eficacia a los demás y convertirse en un líder de éxito. Este Libro está repleto de grandes conocimientos sobre la inteligencia emocional, incluyendo, pero no limitándose a lo siguiente: ¿Por qué es importante la inteligencia emocional? ¿Cómo usar una persona emocionalmente inteligente para el éxito en el trabajo? Superar la negatividad y tener relaciones más felices Nunca te arrepentirás de haber leído este libro y te convencerás de que tienes razón. Entonces, ¿por qué sigue pensando? Consegue tu copia ahora!

Aumenta tu Inteligencia Emocional para Convertirte en un Mejor Líder. El concepto de inteligencia emocional es uno de los conceptos más emocionantes y prácticos de la ciencia psicológica actual. En pocas palabras, la inteligencia emocional significa comprender las emociones - tanto las tuyas como las de otras personas. Una persona emocionalmente inteligente puede:
- Afrontar situaciones estresantes - Resolver conflictos - Inspirar y motivar a otros - Comunicarse bien - ¡Y mucho más! [No es de extrañar que la mayoría de los gerentes crean que la inteligencia emocional es más importante que el IQ] Incluso el más brillante intelecto no valdrá tanto si la persona simplemente no puede tratar con las personas en general (incluidos ellos mismos). Si eres un líder o aspiras a ser un líder, la inteligencia emocional es tu cualidad clave y debes trabajar en ello todo el tiempo. Este es el por qué.
- Tus compañeros de trabajo confiarán más en ti porque se sentirán aceptados y comprendidos.
- Impulsarás tu propia motivación e inspirarás a todos los que te rodean - Tomarás mejores decisiones porque no tienes el ira, el miedo o otras emociones te cieguen.
- Te convertirás en un maestro para resolver y prevenir conflictos en el equipo.
-Suena bien? ¡Trabajemos en tu inteligencia emocional! Con este libro podrás:
- Entender cómo funcionan las emociones y aprender cómo influir en ellas.
- Llegar a conocer verdades sorprendentes sobre el autoconcierto y la empatía por otros.
- Aprender métodos aprobados científicamente para mejorar tu resiliencia y control emocional.
- Evaluar tu inteligencia emocional y descubrir áreas en las que te deberías enfocar.
- ¡Y mucho, mucho más! Incluso si reconoces que tu inteligencia emocional es bastante baja, ¡no te desespere! A diferencia del IQ, la inteligencia emocional puede desarrollarse a cualquier edad si trabajas en ello voluntariamente. Este libro será tu guía confiable para impulsar tu inteligencia emocional, literalmente, hacer que tu vida sea mucho más fácil. ¿Estás listo para desbloquear tu potencial y alcanzar el éxito que mereces? Desplácese hacia arriba, haga clic en "Comprar ahora con 1 Clic" y ¡Obtenga su copia ahora!

Se ha demostrado científicamente que una mente sana y en forma es garantía de salud y un sólido pilar sobre el que construir una vida más feliz y plena. Pero para mantenerse en forma, la mente necesita estímulos, ejercicio, actividad; en definitiva; necesita pensar. Este libro podríamos definirlo como un energético cóctel de vitaminas para el cerebro. Es a la vez un desafío y un divertimento que ayudará a potenciar su mente de un modo inestimable. La fuerza mental que proporciona el desarrollo de la lógica, la potenciación del ingenio y la creatividad del pensamiento lateral, la estructuración que ofrece el cálculo, el poder de concentración que se logra con los enigmas de los criptogramas... Esta obra ofrece un abanico de problemas para su mente que van desde los más sencillos de calentamiento hasta verdaderos retos para su cerebro. Toda la secuencia de los ejercicios y problemas están concebidos como un completo programa de gimnasia mental para su cerebro por el campo y plusmarquista mundial de cálculo mental rápido. Conseguir una mente fuerte y un pensamiento capaz y efectivo es posible. Ponga a trabajar su cerebro con los ejercicios y problemas de este libro y logrará que esto sea su forma. Y además, le aseguramos que le sorprenderá y le divertirá.

En los albores de la historia, Dios era mujer. Entonces, luz y oscuridad danzaban unidas y lo femenino estaba hermanado a lo masculino. Después, el DóS sustituyó a la Diosa, y lo femenino fue separado de lo masculino y reprimido. Sin embargo, la Diosa no dejó de luchar por renacer en el corazón de los seres humanos. Hoy asistimos a un renacimiento de lo femenino. Las mujeres, nos vemos sobrepasadas por cientos de reclamos que no nos dejan respirar: estar guapas, ser amas de casa, esposas, buenas profesionales, amigas, amantes... Estamos estresadas, cansadas, a veces enfermas... Este libro habla de la feminidad y lanza un puente hacia la Diosa que habita en todas nosotras. Analiza los procesos psicológicos por los que atraviesa la mujer a lo largo de su vida, conectándolos con arquetipos extraídos de la mitología egipcia: la infancia, las relaciones madre-hija, la interacción con el padre y lo masculino, lo que el patriarcado ha reprimido de la mujer, las relaciones de pareja, la sexualidad, la menopausia... Pretende dar respuesta a conflictos frecuentes en la mujer como: ¿Por qué el príncipe azul se convierte en rana tras la boda? ¿Cuáles son las causas del mal de envejecer? ¿Por qué repetimos los patrones que más odiamos de nuestras madres? Un libro vivo, actual, e imprescindible para comprender la psicología de la mujer de hoy. &?

¿Alguna vez has pensado que dependes emocionalmente de tu pareja? ¿O tal vez es alrevés, y es él o ella quien depende demasiado de tí? Vivir o interactuar día a día con una persona abusiva puede ser una experiencia devastadora. Cae en el ciclo vicioso del abuso te abrirás los ojos y mostrará cuál es la verdadera naturaleza de las personas. Lidiar con el abuso emocional también te ayudará a entender mucho sobre tu fuerza de voluntad y espíritu. Muchas personas que actualmente sufren de abuso ni siquiera saben que están siendo víctimas. Estas personas no se han dado cuenta aún que el abuso esta sucediendo debajo de sus narices. Aquí hay algo de lo que puedes aprender con esta guía: ¿Cómo establecer límites de manera adecuada para que tus derechos y necesidades sean respetados. -La manera correcta de manejar los conflictos y las discusiones para que lasoulaciones se encuentren sanas y efcazmente. -Cómo identificar los signos rojos del abuso y cómo romper permanentemente del ciclo. -Cómo identificar los signos rojos de tu vida. ¿Cómo identificar si hay un ciclo de dependencia en tu relación y cómo romperlo. -Aprende a tener límites sanos que fortalecerán tu relación. -Y mucho más! Incluso si actualmente te sientes “atrapado” lo te recuperaras, así siempre hay unoshulón a la vuelta de la esquina. Las relaciones adultas reales no son sólo sentimientos y emociones. Requieren de esfuerzo y el deseo constante de crecer junto con nuestra pareja incluso en losomientos más difíciles. Las soluciones para hacer que tu relación funcione y se libere del ciclo de lacoedependencia no aparecerán por arte de magia. Pero el día de hoy, con el simplehecho de estar interesado en esta guía, te has acercado más a esta realidad. ¡Empieza a recuperar el control de tu vida hoy mismo!

Aprende a no Caer o Recuperarte del Ciclo de la Coedependencia y Evitar el Abuso Psicológico de las Personas Tóxicas o Narcisistas. Incluye Dos Libros-Abuso y Poder en una Relación y Dependencia Emocional

Sin límites

Espiritualidad emocionalmente sana - Día a día

Guía para ser un conversador evolucionado y que además sabe prevenir los conflictos

Secretos de Expertos - TC e Inteligencia Emocional

Cómo tratar con personas emocionalmente explosivas

Cómo hablar bien en público

¿Cómo negociar cuando usted se enfrenta a alguien mucho más poderoso que usted? Y cuando usted se enfrenta a alguien mucho más débil, ¿habrá que negociar?

Este libro eminentemente didáctico de Reinaldo Polito, uno de los más prestigiosos expertos en comunicación oral del mundo, le enseñará a hablar correctamente en público con seguridad, eficacia y sin inhibiciones. Con el aprendizaje, entre otras cosas a: Controlar el miedo a hablar en público Conocer a los oyentes y conquistar su atención Mejorar la voz y corregir la postura y los gestos Hacer saludos, agradecimientos y despedidas. Mensajes de despedida; recibir el anuncio del trabajo con éxito. El trabajo con atención. Licéjez y sabiduría, poniendo en práctica el método irrefutable del amor y el trabajo consciente. Ramiro Calle nos enseña con este libro que si tenemos la capacidad de pensar, debemos tener también la aspiración de saber cómo pensar.

¿Has notado que la relación que tienes con tus padres te afecta a diario? ¿ Te encuentras con problemas frecuentemente debido a los actos ocasionados por tus padres? ¿ Te has preguntado si podr?as estar lidiando con padres o madres narcisistas ó t?xicos y te gustaría saber qu? hacer al respecto? Entonces sigue leyendo “Mientras contin?es reaccionando fuertemente a ellos, les das el poder sobre ti, lo cual les permite controlarte” - Susan Forwards
Un factor en com?n en las personas con traumas psicol?gicos es una infancia poco saludable, relaci?n poco saludable con sus padres. En ocasiones, a pesar de una infancia poco favorable, las personas son capaces de llevar una vida llena de amor, significado y felicidad. Sin embargo, a?n tienen heridas que sanar para llevar una vida plena. Tal vez tienes mucha ira y desatas tu enojo a la menor provocaci?n, lo que conlleva una vida de miseria para tu familia. O, a?n peor, tal vez tienes miedo de tener una familia propia en el caso de que te vuelvas igual a tus padres. Se estima que una de cada cuatro personas sufre de traumas por tener al menos un padre t?xico en su vida. Entonces te estar? preguntando... ¿ a qu? tus padres emocionalmente inmaduros? No importa cu?l sea el problema que se enfrente como adulto, al final de cuentas puedes ser curado de tu dolor y de las cicatrices del pasado y, por lo tanto, ser una mejor persona, pareja y padre en el momento presente. Con este libro, descubrir?s: Todo lo que necesitas saber sobre la inmadurez emocional en los padres. Descubre los diferentes tipos de padres inmaduros que existen. El impacto negativo que pueden tener en tu vida adulta crecer con padres emocionalmente inmaduros. Consejos comprobados para eliminar los pensamientos de duda y c?mo cambiarnos por medio de amor propio. Te guiamos paso a paso en el camino hacia la sanaci?n interior. Descubre todo sobre c?mo sanar la relaci?n con tus padres y c?mo deshacerse de relaciones t?xicas. Y m?s... Una de las grandes consecuencias de crecer con padres emocionalmente inmaduros es la dificultad de desarrollar relaciones saludables y amorosas que superen la prueba del tiempo. Podemos ver, a menudo, que las personas crecidas por padres narcisistas suelen carecer de autoconfianza. Al final, las consecuencias de crecer con padres emocionalmente inmaduros pueden durar toda la vida, afectando a una persona incluso despu?s de haber dejado de los confines de su hogar de la infancia. Iniciar un proceso de sanaci?n no es sencillo, por lo que no rendirse representa un reto para cualquiera pero se debe continuar por el deseo de deshacerse del dolor y sufrimiento para por fin ser la persona que deseas. ¿ No lo dudas m?s? Si te gustar?a mejorar tu relaci?n con tus padres, tu familia y contigo mismo, ¿ este libro es para ti! ¿ Despl?tze hacia arriba y a?ade esta gu?a al carrito ahora!

Secretos de Expertos - TC e Inteligencia Emocional: ¡La Guía Definitiva Para Terapia Cognitivo-Conductual y EQ Para Mejorar el Manejo de la Ira, la Ansiedad, la Depresión, el Insomnio, el Pensamiento Negativo, el Pánico y el Estrés! Te gustaría:
- Controlar mejor tu ira.
- Dejar de estar tan ansioso todo el tiempo?
- ¿Toma el control de sus emociones? Todos queremos estas cosas, ¡pero solo la inteligencia emocional puede ayudarnos a conseguirlas! Para la mayoría de las personas, las emociones son un completo misterio. Se entregan a cada sentimiento que nos supera y terminan perdiendo su tiempo y energía. No es de extrañar que ese sea el caso. El hecho es que no nos enseñan inteligencia emocional en las escuelas. Claro, desarrollar habilidades prácticas es importante, pero si no se sabe cómo comunicarse y sentir empatía, no llegará muy lejos en su trabajo. Sin mencionar las relaciones personales: todos sabemos lo importante que es la inteligencia emocional en los esfuerzos románticos. Entonces, ¿qué puede hacerse? ¡Nos quedamos al capricho de las emociones! No absolutamente no. Este libro te enseñará las causas fundamentales de las emociones y las estrategias que puedes aplicar para deshacerte de la ira, la depresión, la ansiedad, el estrés, la negatividad, la inseguridad... Además, aprenderás a aplicar técnicas de terapia cognitiva conductual para arreglar tu mentalidad y mejorar. tu calidad de vida! Esto es lo que aprenderá en este libro de dominio de autoayuda:
- Inteligencia emocional 101: de dónde vienen las emociones, cómo lidiar con ellas y las 5 características de EQ que necesita desarrollar
- EQ en el lugar de trabajo: estrategias de inteligencia emocional para aplicar en la comunicación con sus jefes, colegas y la gerencia para lograr un progreso rápido
- Inteligencia social y personal: Cómo mejorar tus habilidades sociales y desarrollar carisma con 6 estrategias que te ayudarán a mejorar tu EQ
- CBT y Mindset: Las 4 tácticas a prueba de balas para desarrollar una mentalidad positiva y positiva y abordar cualquier obstáculo en la vida con una perspectiva de resolución de problemas y tranquilidad.
¿Estás listo para los poderes transformadores de EQ de alto nivel? ¡Desplácese hacia arriba, haga clic en “Comprar Ahora” y obtenga su copia!

Cómo romper con sus limitaciones

Influence and Persuasion (HBR Emotional Intelligence Series)

Los rostros de Eva

Cómo Tratar con Padres Tóxicos, Narcisistas o Inmaduros

En este innovador devocional, Espiritualidad emocionalmente sana - Día a día, Peter Scazzero presenta la antigua disciplina espiritual del Oficio diario. La premisa básica es simple: necesitamos detenernos intencionalmente, para estar con Dios más de una vez al día para que de la presencia de Dios sea real en nuestras vidas tan ocupadas. Scazzero ha integrado las enseñanzas de la espiritualidad emocionalmente sana en las lecturas del devocional para cada día. Basado en el libro bestselling Espiritualidad emocionalmente sana, este devocional será ayuda ideal para cualquier persona que desee tener una comunión con Dios estructurada y más intencional. Cada día trae dos oficinas diarias, mañana/mediodía y mediodía/noche, donde cada pausa puede durar de cinco a veinte minutos.

NO HAY OTRO LUGAR COMO EL HOGAR Tanto si ama usted a sus parientes como si les odia, ellos son capaces realmente de hacerle saltar. Las vacaciones, fiestas y reuniones acostumbran a ser estresantes, incluso dolorosas. Pero no tiene porque ser así. Los doctores Rick Kirschner y Rick Brinkman, los autores de **Cómo tratar con gente a la que no puede soportar**, le presentan su consejo y buen humor para que lo utilice en el tema de las relaciones familiares. Pueden ayudarle a mejorar sus relaciones con cualquier pariente, por muy malas que hayan sido las cosas en el pasado. ¿Hay algunos de estos tipos que le resulte familiar? El Misterioso. El General. El rebelde. El VIP. El Entrometido. El Complaciente. El Juez. El Mártir. Sean quien sean en su familia -madre o padre, hermana o hermano, tía, tío o pariente político, les encontrará analizados aquí en **Cómo tratara los**

Parientes. Lleno de perspicacia, anécdotas, historias, diagramas y dibujos, le permitirá averiguar qué es lo que se esconde detrás del comportamiento difícil de sus parientes y cómo puede responder a ello de una manera eficaz. **Cómo tratar a los Parientes** le ayudará a: o soportar unos sentimientos incómodos y personalidades irritantes o desactivar las situaciones explosivas o prepararse para las reuniones familiares o evitar los conflictos cuando los parientes provocan emociones fuertes o librarse de los sentimientos de obligación y resentimiento Con las estrategias de este libro, será capaz de decir lo que tiene en el pensamiento en un lenguaje firme (pero no amenazador) y de i hacer frente a sus parientes (incluso si no puede soportarlos!) Los doctores Rick Kirschner y Rick Brinkman son médicos naturópatas y formadores. Son expertos reconocidos internacionalmente en

materia de relaciones personales.

El estuche, de cuidado diseño, recopila en un único pack un ejemplar de los tres títulos sobre comunicación de la exitosa serie de **Inteligencia Emocional** de HBR: "Empatía", "Cómo tratar con gente difícil", y "Saber Escuchar". La serie de **Inteligencia Emocional** de HBR, ofrece lecturas inteligentes y esenciales sobre temas del desarrollo humano que resultan decisivos en la vida profesional. En concreto, este pack recoge los libros que se centran en ayudarnos a mejorar la comunicación en el lugar de trabajo. A partir del relato de reconocidos investigadores de la Harvard Business Review, los textos nos muestran, entre otros temas, la importancia de ser conscientes de nuestras emociones para poder entender mejor las de los demás; nos enseñan a mantenernos plenamente presentes en las conversaciones y a desarrollar los mecanismos necesarios para lidiar y mejorar la relación con personas difíciles y conseguir así relaciones más positivas.

Tus sueños te hablan

La Inteligencia Emocional en la Empresa

Educando a los hijos con inteligencia emocional

Deshágase del tope de su capacidad

Cada palabra puede ser decisiva

Cómo conseguir un empleo

—

En esta obra Alberto Coto muestra cómo cualquier persona puede relajarse fácilmente y concentrarse del modo adecuado, para a continuación proponer una gran variedad de ejercicios, juegos y técnicas para entrenar y desarrollar la inteligencia lógico-numérica, la inteligencia lingüística-verbal, la inteligencia visual-espacial y el pensamiento lateral.

Emocionalmente

El Arte Del Buen Morir

Entrenamiento Mental

Claves definitivas para el crecimiento intelectual y emocional

Espacios confortables, docentes ejemplares y alumnado emocionalmente inteligente

Descubre lo que tu inconsciente intenta decirte

Inteligencia emocional para líderes y equipos corporativos