

Parlare In Pubblico E Vincere La Timidezza

Oltre al testo, l'ebook contiene i link per scaricare p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; min-height: 16.0px} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} span.s2 {font: 14.0px 'Times New Roman'; letter-spacing: 0.0px} . L'audio dell'autoipnosi guidata (durata complessiva: 1 ora e 5 minuti di ascolto) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer Questa autoipnosi guidata è una tecnica semplice ed efficace per superare una delle fobie limitanti più diffuse: la paura di parlare in pubblico. Per "pubblico" non si intendono solo le persone che partecipano a una conferenza, ma anche i colleghi di lavoro, il professore universitario con cui si deve discutere l'argomento di un esame o il proprio nucleo familiare. La paura di parlare in pubblico, infatti, può esprimersi anche in situazioni non professionali, più intime, che possono riguardare la vita di tutti i giorni. E tale timore può crescere anche quando si desidera prendere la parola per esprimere la propria opinione. Lo scopo di questa tecnica è guidarti nel profondo del tuo subconscio per cambiare il tuo atteggiamento verso la paura di parlare in pubblico e scoprire la tua meravigliosa energia capace di innescare questo cambiamento e vincere le tue paure. L'autoipnosi è un metodo gentile e delicato per entrare in contatto con la parte più profonda di noi stessi, la nostra parte subconscia (o inconscia, i due termini vanno intesi come sinonimi), e comunicare direttamente con questa nostra parte profonda. Con l'autoipnosi parli direttamente all'inconscio, con il linguaggio dell'inconscio. Con questa tecnica parlerai gentilmente con il tuo subconscio e lui gentilmente si farà guidare da te, per risvegliare l'enorme potere creativo che è dentro di te. Perché leggere e ascoltare questo ebook . Per imparare a controllare stress, ansie e paure che ci bloccano quando parliamo in pubblico . Per avere un atteggiamento positivo verso situazioni che non ci sono familiari e ci mettono in tensione . Per entrare in stretto contatto con la nostra mente subconscia, imprimendo in essa nuovi modelli di pensiero e vincere la paura di parlare in pubblico A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole seguire un metodo pratico per superare la paura di parlare in pubblico . A chi vuole esprimere e gestire al meglio le proprie risorse personali e potenzialità professionali . A chi vuole sviluppare la propria capacità comunicativa nella propria vita quotidiana e nel proprio ambito professionale . A chi desidera raggiungere il pieno controllo della propria mente . A chi vuole mettere in pratica una tecnica fondamentale per la propria crescita personale e professionale

COME PARLARE IN PUBBLICO IN OTTO MOSSE: 1. Trova fiducia in te stesso. 2. Conquista il diritto di parola. 3. Mantieni viva una conversazione. 4. Rendi partecipe il pubblico. 5. Impara a ottenere una risposta. 6. Scambia informazioni con efficacia. 7. Abituati a convincere gli altri. 8. Parla con entusiasmo contagioso.

Riflessioni sulla scuola

Piano, budget, controllo di gestione e marketing. Le chiavi del profitto

Insegnaci ad essere felici

Come vincere lo stress e cominciare a vivere

Comunicare

A volte VIP, amici, colleghi o conoscenti ci sembrano così diversi da noi: sono fortunati, con una vita ricca e piena, brillanti, allegri e affascinanti. A volte quando li vediamo ottenere dei risultati, condurre una vita di soddisfazioni queste persone arrivano a ispirarci sentimenti di invidia o addirittura frustrazione per la nostra condizione non altrettanto fortunata. Eppure bisogna prendere coscienza che chiunque può ambire a una vita piena di piccole e grandi realizzazioni sul lavoro ma anche nella vita privata. Se vivrai in modo appagante o meno dipenderà in larga misura dall'impressione che farai alle persone che ti circondano. Come avrai capito ciò che fa la differenza è riuscire ad assumere una personalità magnetica e positiva. E questa personalità magnetica non è una dote innata o impossibile da ottenere. Nei corsi e negli scritti di Dale Carnegie troviamo una precisa indicazione della strada da seguire, grazie a dieci passi, dieci semplici regole alla portata di tutti. Il segreto è applicarle costantemente.

p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000} p.p2 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000; min-height: 16.0px} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-align: justify; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000} p.p4 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'; color: #000000; -webkit-text-stroke: #000000; min-height: 16.0px} span.s1 {font-kerning: none} span.s2 {font: 14.0px Garamond; font-kerning: none} Nota: Le 10 tecniche guidate contenute in questo libro le trovi anche su questo store in forma singola, come singoli ebook e audio. Oltre al testo questo ebook contiene . L'audio completo di tutte le 10 tecniche: oltre 12 ore di tecniche guidate passo passo . Audio streaming: ascolti gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: scarichi gli audio sul tuo computer Questo ebook raccoglie dieci tecniche guidate passo passo, di semplice e immediata esecuzione, che ti permettono di utilizzare subito l'autoipnosi in modo autonomo e di applicarla nella vita di tutti i giorni. L'autoipnosi è un metodo gentile e delicato per entrare in contatto con la parte più profonda di noi stessi, la nostra parte inconscia (o subconscia), e comunicare direttamente con questa nostra parte profonda. Con l'autoipnosi parli direttamente all'inconscio, con il linguaggio dell'inconscio. Con questo ebook, composto di dieci tecniche essenziali, focalizzate su vari obiettivi, parlerai gentilmente con il tuo subconscio e lui gentilmente si farà guidare da te. In questo modo, allineerai conscio e subconscio verso il tuo miglioramento. Le dieci tecniche sono divise in due parti principali che formano un programma lineare e completo. La prima parte mira a risolvere specifiche paure o blocchi subconsci; la seconda parte mira ad attivare e sviluppare particolari potenzialità. Ogni tecnica è arricchita da contenuti multimediali: infatti, apprendrai le tecniche anche grazie al supporto audio. Di ogni tecnica hai la guida in audio passo per passo (per un totale di oltre dodici ore di audio guidati), che puoi ascoltare in streaming con i relativi link, da qualsiasi tuo dispositivo, in qualsiasi momento tu voglia grazie al download in formato mp3 dei singoli file. In questo modo potrai eseguire ogni tecnica quando vuoi, in tempo reale, e non avrai dubbi su come eseguirla. Le 10 tecniche 1. Autoipnosi per superare gli attacchi di panico 2. Autoipnosi per superare ipocondria e paura dei medici 3. Autoipnosi per superare la paura di volare 4. Autoipnosi per superare la paura di parlare in pubblico 5. Autoipnosi per non procrastinare 6. Autoipnosi per la fiducia in se stessi 7. Autoipnosi per la concentrazione 8. Autoipnosi per sviluppare la capacità persuasiva 9. Autoipnosi per potenziare la creatività 10. Autoipnosi per dimagrire Perché leggere questo ebook . Per avere una raccolta di tecniche pratiche da

utilizzare nella propria vita quotidiana . Per avere un supporto per iniziare a praticare l'autoipnosi partendo da zero . Per migliorare, ogni giorno, il proprio benessere fisico, mentale e spirituale . Per entrare in stretto contatto con la tua mente subconscia, imprimendo in essa nuovi modelli di pensiero e programmi di azione positivi . Per raggiungere il pieno controllo della tua vita attraverso il potere della tua mente

ANNO 2020 L'AMMINISTRAZIONE SECONDA PARTE

Annali della SocietW1AOa agraria provinciale di Bologna in continuazione delle memorie della SocietW1AOa medesima

Come vincere ansia e preoccupazioni

Leadership e management. 200 fattori per analizzare, interpretare, capire e integrare le qualità manageriali con le doti di leadership

Le Ferrovie italiane

Dale Carnegie ci insegna che non potremo mai liberarci completamente dallo stress ma possiamo attenuarne gli effetti negativi e spesso trasformare i problemi in azioni positive e a nostro vantaggio. L'ansia e le preoccupazioni sono parte del nostro vivere quotidiano, al lavoro come nella vita privata. Molte ansie sono di breve durata. Quando però lo stress persiste, finisce per sottrarti vitalità ed entusiasmo e può portarti al crollo fisico e mentale. Quando senti che la mente è confusa, divisa, persa in una moltitudine di pensieri senza fondamento, è tempo di agire per sostituire ai pensieri negativi qualche elemento di concretezza e ottimismo. Se l'ansia trasforma la luce della tua vita in oscurità, è ora di invertire la rotta. Per superare questi momenti (che capitano a tutti, anche ai più sicuri) devi riaffermare con forza la tua fiducia in te stesso, contenere le paure con l'aiuto della ragione. Ti sarà sicuramente utile ricondurre le grandi inquietudini a micro-problemi per poi chiederti "Sono tutte reali?".

Il Counselling ha radici antiche nella cultura vocazionale dell'orientamento scolastico, nel career counselling professionale e nella prevenzione primaria. Dal 1940 si è sviluppato nei trattamenti brevi che includono la valutazione del comportamento tramite l'alleanza psicodiagnostica verso finalità curative. La pratica del Counselling psicologico prevede una formazione per svolgere strategie d'intervento di sostegno specifico tese alla funzionalità adattiva e riabilitativa a prova di evidenza scientifica.

Le dieci regole per una vita gratificante

Le ferrovie italiane rivista quindicinale di dottrina, giurisprudenza, legislazione ed amministrazione ferroviaria

Come Ritrovare l'Armonia in Ufficio (Senza Fare Una Strage)

Parlare in Pubblico X Negati...e X Ansiosi

Videocorso di public speaking. Parlare in pubblico senza stress e con i segreti dei migliori trainer. DVD

Parlare in pubblico puo essere bellissimo e straordinario, comunicare il proprio mondo interiore all'esterno e un'esigenza di tutti, imparare a farlo bene e indispensabile Le statistiche tuttavia ci dicono che il parlare in pubblico e la paura numero 1 per l'essere umano, addirittura superiore alla paura della morte Parlare in pubblico con le strategie e le tecniche giuste contenute in questo libro non fara piu paura, la tua paura diventera energia CONTENUTO DEL LIBRO - Perche Parlare in Pubblico e la Sensazione Piu Straordinaria al Mondo... - La Comunicazione Efficace - La Palestra del Public Speaking e La Via Per l'Eccellenza - Trasformare Ansia e Paura in Energia e Carica - Creare Stati d'Animo Potenzianti a Comando - Vincere l'Ansia con la Respirazione Potenziante - La Tecnica per Cambiare Fisiologia - L'Incredibile Potere delle Visualizzazioni - Come Motivare il Pubblico - Aikido Mentale - Come Gestire le Obiezioni - Come Far Pendere il Pubblico dalle Vostre Labbra - I Filmati da Proiettare e moltissimo altro... Se non hai mai parlato in pubblico, o hai una fottutissima paura di parlare in pubblico, non puoi non leggere questo libro. Acquistalo ora e inizia a superare l'ansia che ha sempre contraddistinto i tuoi discorsi in pubblico (anche quando parli ad una donna) La differenza che fara la differenza nella tua carriera di magico oratore e lontana da te un solo CLIC..."

Quante volte hai rischiato di fare una vera e propria "strage" in ufficio? Tutta colpa dello stress accumulato, anno dopo anno, sul lavoro. Proprio così: come possiamo anche solo lontanamente sottovalutare l'importanza e soprattutto l'impatto che ha il lavoro sul nostro equilibrio mentale? Passiamo intere giornate con colleghi che non sopportiamo, adempiendo a compiti che spesso non sono di nostra competenza e a ingoiare rospi per via della "gerarchia aziendale". E questo, che tu ci creda o no, prima o poi ci fa ammalare. La buona notizia è che esistono alcune tecniche per rendere la nostra "sopravvivenza" in ufficio un po' meno dura. E queste strategie iniziano dalla consapevolezza di sé e dall'importanza che diamo al nostro tempo. In questo libro di 150 pagine imparerai - a gestire in maniera "zen" i rapporti in ufficio (anche con i colleghi più insopportabili) - a capire che il lavoro è un tassello veramente importante della nostra vita in società, ma che non va mai anteposto al tuo benessere psico-fisico - a valorizzare le tue capacità facendoti rispettare da collaboratori, capi e sottoposti La brutta notizia è che tutto questo genera stress. Stress che spesso "portiamo a casa" la sera e che influenza, e non poco, le nostre relazioni, le nostre amicizie e i nostri rapporti familiari. Passiamo un terzo della nostra vita in ufficio, come potrebbe questo non avere un impatto devastante sui restanti due terzi del nostro tempo? Ci sono buone probabilità che tu continui a subire questa pressione per tutta la vita. Non è colpa tua, e molti lo fanno senza remore: questa è una materia che non insegnano a scuola. È giunto però il momento di iniziare a gestire al meglio la tua giornata lavorativa e di alleggerire il peso delle tue responsabilità. Perché, te lo ricordo, si vive una volta soltanto. Grazie a questo libro - comprenderai le principali cause del tuo stress, così da poter intervenire in maniera tempestiva (e sì, questo potrebbe salvarti la vita!) - cambierai il modo in cui ti rapporti alle situazioni critiche sul lavoro, così da poter ottenere relazioni più soddisfacenti e raggiungere una nuova stabilità emotiva fuori e dentro l'ufficio - sarai in grado di raggiungere risultati tangibili in un tempo da record perché credimi, basta davvero poco per ottenere un miglioramento mastodontico. Riuscendo a trovare un equilibrio tra vita personale e vita lavorativa sarai in grado di godere al meglio le tue relazioni familiari, amicali e sentimentali. Non sarai più schiacciato dalle responsabilità e riuscirai ad andare ogni giorno in ufficio con uno spirito nuovo. Nel testo sono presenti numerosi approfondimenti sulle tematiche di ascolto attivo, intelligenza emotiva, perfezionamento relazionale e crescita personale. INDICE Introduzione Solo una vostra decisione potrà cambiare le cose Nella vostra scala di priorità mettete sempre il vostro benessere psicofisico Maggiore potere, maggiori responsabilità Il punto di partenza è la consapevolezza Tu hai delle priorità, e molte cose dovrai lasciarle fare agli altri Più natura, meno stress Tu lavori per vivere, non vivi per lavorare Se il tuo ambiente è in ordine, lo sarà anche la tua mente CAPITOLI SCELTI DI INTELLIGENZA EMOTIVA Che cos'è il dirottamento emotivo? 10 esercizi per rafforzare l'intelligenza emotiva del tuo team CAPITOLI SCELTI DI ASCOLTO ATTIVO Migliorare le tue capacità di ascolto attivo Barriere comuni all'ascolto attivo CAPITOLI SCELTI DI COMUNICAZIONE E RELAZIONI Puoi consigliarmi degli esercizi quotidiani da fare per migliorare il mio carisma e per essere più sicuro di me stesso? In che cosa consiste una buona conversazione? Cosa fare quando hai difficoltà a parlare con le persone? CAPITOLI SCELTI DI PUBLIC SPEAKING Elimina la paura di Parlare in Pubblico Approfondimenti e Risorse

Competenze per crescere. Esperienze, strumenti e casi per le piccole e medie imprese italiane

Il modello sales jump system. Il ricalco degli obiettivi, l'utilizzo positivo delle emozioni, l'ecologia dell'ambiente aziendale: le tre leve motivazionali...

Manuale di auto-aiuto per public speaking e autostima, oltre le parole

Imprenditori si nasce o si diventa? Il percorso per verificare le proprie idee imprenditoriali e sviluppare un'attività di successo...

Opuscoli e lettere colla Merope, tragedia

1065.38

Se vuoi superare la paura di parlare in pubblico, anche se hai poca esperienza o sei timido, puoi scoprire il METODO 4S.

METODO 4S© Che cos'è? Il primo metodo con l'obiettivo preciso di aiutare, in quattro facili passi, chi vuole superare la paura di parlare in pubblico. Con uno stile diretto e senza fronzoli, l'autore spiega un nuovo sistema che consente di acquisire più sicurezza nel comunicare in pubblico con risultati mai immaginati prima. Che cosa imparerai: - Come ridurre drasticamente i sentimenti di paura - Come dominare l'ansia e coinvolgere la platea - Come creare uno stato rilassato e fiducioso - Come comportarsi con il giudizio degli altri - Come gestire le domande scomode nel rispetto dei tempi - Come comunicare in pubblico anche se non sei esperto Paura di parlare in Pubblico. METODO 4S©, è una guida pratica della collana I Facili da Leggere. Vuoi saperne di più? Scarica ora l'e-book per iniziare a Vincere la tua Paura. Scorri la pagina in alto e clicca sul bottone Acquista

Autoformazione. Come liberarsi degli stereotipi formativi d'impresa

Autoipnosi. 10 tecniche essenziali

I segreti del carisma. Come scoprire e liberare i vostri poteri nascosti

rivista critica mensile di dottrina, giurisprudenza e legislazione ferroviaria

Come diventare un comunicatore eccezionale

“ Come mi piace dire, a scuola abbiamo il potere di costruire, per qualche ora al giorno, un mondo intero, con le sue regole, migliori di quelle che sono in vigore fuori, nel mondo grande: regole che hanno a che fare con la correttezza, il rispetto, il dialogo. Il Debate mette in pratica tutto questo. ” Il Debate – o dibattito – è uno strumento didattico che oltre a formare studenti e studentesse più preparati, offre loro le competenze per essere cittadini e cittadine consapevoli del mondo che li accoglierà dopo la scuola. In cosa consiste il Debate e quali sono le sue potenzialità ce lo spiega bene Alessandri che la scuola la conosce per mestiere ma si spinge oltre: ci regala un punto di vista illuminato sulla società com'è e come sarebbe auspicabile che fosse. Più che un manuale quindi: una riflessione su quanto gli strumenti che usiamo possano farci cambiare prospettiva.

Didattica, ma non solo.

Rappresentare con verità storica, anche scomoda ai potenti di turno, la realtà contemporanea, rapportandola al passato e proiettandola al futuro. Per non reiterare vecchi errori. Perché la massa dimentica o non conosce. Denuncio i difetti e caldeggio i pregi italiani. Perché non abbiamo orgoglio e dignità per migliorarci e perché non sappiamo apprezzare, tutelare e promuovere quello che abbiamo ereditato dai nostri avi. Insomma, siamo bravi a farci del male e qualcuno deve pur essere diverso!

Collega, Ti Vedo Stressato!

Giornale internazionale delle scienze mediche

Assessment e interventi basati sulla ricerca

Parla con sicurezza

200 fattori per analizzare, interpretare, capire e integrare le qualità manageriali con le doti di leadership

La prima lezione che Dale Carnegie ci dà è che la comunicazione è una strada a doppio senso: se vuoi parlare in modo persuasivo il punto di partenza è osservare bene chi hai di fronte e tarare il discorso su quel che vedi. Oggi la comunicazione è un fattore determinante per il nostro successo: che tu sia un accademico, un politico, uno studente o un impiegato la chiave della tua riuscita sta nella capacità di esprimere le tue idee, presentare le tue opinioni con efficacia. Anche nella tua quotidianità. Se riesci a comunicare con intensità ed entusiasmo, puoi trasformare una riunione noiosa in un incontro proficuo e stimolante, puoi riuscire a motivare i colleghi a rispettare le scadenze e ad andare oltre i traguardi previsti. A chi non capita di essere frainteso o di sentire che il discorso appena fatto non è stato convincente?

#Questa versione contiene esclusivamente il pre-metodo (introduzione) per conoscere e valutare il manuale completo# Se vuoi superare la paura di parlare in pubblico, anche se hai poca esperienza o sei timido, puoi scoprire il METODO 4S. METODO 4S© Che cos'è? Il primo metodo con l'obiettivo preciso di aiutare, in quattro facili passi, chi vuole superare la paura di parlare in pubblico. Con uno stile diretto e senza fronzoli, l'autore spiega un nuovo sistema che consente di acquisire più sicurezza nel comunicare in pubblico con risultati mai immaginati prima. Che cosa imparerai: - Come ridurre drasticamente i sentimenti di paura - Come dominare l'ansia e coinvolgere la platea - Come creare uno stato rilassato e fiducioso - Come comportarsi con il giudizio degli altri - Come gestire le domande scomode nel rispetto dei tempi - Come comunicare in pubblico anche se non sei esperto Paura di parlare in Pubblico. METODO 4S©, è una guida pratica della collana I Facili da Leggere. Anche tu vuoi leggere l'anteprima? Scorri la pagina in alto e clicca sul bottone Gratis

Il Debate e la didattica: un laboratorio di democrazia

Un libro pratico per comunicare direttamente con il tuo subconscio e risvegliare il potere che è in te

Corso pratico impariamo a comunicare

Come migliorare la tua autostima con la PNL

Autoipnosi guidata

Lo Scopo di questo libro è quello di aiutarti a migliorare la tua autostima, la sicurezza e la fiducia che riponi in te stessa/o attraverso delle tecniche pratiche di Pnl (programmazione neuro linguistica) che tutti possono adottare facilmente sin da subito. Questo è un libro concreto, quindi dopo averlo letto, metti subito in Pratica le tecniche ed i metodi descritti, migliorerai te stessa/o, la tua vita e le relazioni con gli altri e potrai aiutare le persone che soffrono di bassa autostima e di insicurezza.

Questo libro vi spiegherà come raggiungere il benessere interiore, essere felici, ed avere successo nella vita

Saper Comunicare

Paura di Parlare in Pubblico

Gymnasium periodico letterario-didattico per le scuole secondarie

Come parlare in pubblico e convincere gli altri

L'arte del public speaking. Tecniche di comunicazione avanzate. Con CD Audio

Parlare con altre persone o in pubblico è qualcosa che facciamo tutti, spesso se non quotidianamente. Questo libro è la messa in pratica di esperienze personali dell'autore che guida il lettore con le stesse tecniche di auto-aiuto usate su di sé. Il manuale è ricco di esercizi per parlare in pubblico e risolvere vari problemi di comunicazioni tra cui balbuzie, paura di parlare in pubblico, bloccarsi o ammutolirsi. Le tecniche proposte dal coach Ubaldo Saltarelli sono basate sulla disciplina psicologica Programmazione Neurolinguistica e si propongono di aiutare il lettore a risolvere per sempre i suoi problemi di comunicazione. Il libro è inoltre ricco di storie ispiranti e divertenti, per mettere nello spirito giusto la mente del lettore che potrà così superare più facilmente le proprie difficoltà d'esposizione.

Alzi la mano chi non è stato mai attaccato verbalmente! Impossibile. Tutti, prima o poi siamo i destinatari di insulti, commenti sarcastici, frecciate, critiche sgradite e altro ancora. Se da un lato non possiamo impedire di essere attaccati verbalmente, dall'altro possiamo proteggerci con validi strumenti. Che tipo di strumenti? Quelli che il mondo animale conosce molto bene e adopera con successo da migliaia di anni. In questo libro scoprirete alcune delle più efficaci strategie di difesa animale, opportunamente adattate in ambito umano, le quali vi permetteranno di: - non essere presi di mira come "facili prede"; - identificare le tipologie di "aggressori" per poter scegliere il modo più vantaggioso di affrontarli; - tenere sotto controllo le vostre emozioni; - evitare inutili perdite di tempo ed energie; - considerare gli attacchi verbali in un'ottica completamente nuova e persino divertente. Le strategie presentate sono arricchite con esempi, citazioni ed aneddoti che ne rendono piacevole la lettura e forniscono spunto per interessanti riflessioni. D'ora in avanti non avrete più motivo di temere le parole altrui o di sentirvi a disagio. Davanti a un attacco verbale non improvviserete più la vostra difesa ma sceglierete semplicemente la strategia più adatta all'occasione!

Il counseling psicologico

Il successo professionale 2.0. Per la relazione d'aiuto psicoterapeuti, counselor, coach

Come sopravvivere agli attacchi verbali

Parlare in pubblico e vincere la timidezza

Comunicare nel 2000. Tendenze della comunicazione alle soglie del nuovo millennio

In un'epoca in cui i mezzi di comunicazione sono così diffusi, abbiamo perso la capacità di adoperare il linguaggio in modo chiaro.

Usiamo frasi fatte e modi di dire stereotipati, dimenticando che le parole hanno un grande potere: possono darci benessere, ma possono anche ferirci e farci ammalare. Dobbiamo ritrovare il nostro linguaggio personale e scegliere le frasi giuste per riuscire a parlare efficacemente con i familiari, il partner, gli amici e i colleghi. Se recuperiamo la nostra voce spontanea miglioriamo il rapporto con gli altri e anche con noi stessi: Corso pratico: impariamo a comunicare è il libro che ti aiuterà a farlo in dieci comode lezioni.

COME VINCERE LO STRESS IN DIECI MOSSE: 1. Impara ad affrontare ogni situazione difficile. 2. Elimina il cinquanta per cento delle preoccupazioni. 3. Impara le undici parole che possono trasformare la tua vita. 4. Smetti di angosciarti per i problemi economici. 5. Trova te stesso e sii te stesso. 6. Ignora le critiche altrui. 7. Allunga di un'ora la giornata ed evita l'insonnia. 8. Guarisci dalla depressione in due settimane. 9. Asseconda l'inevitabile. 10. Non tormentarti per l'ingratitudine.

Grazie per il reclamo! Come trasformare i clienti insoddisfatti in clienti fedeli

Le Basi Del Public Speaking

METODO 4S

Paura di Parlare in Pubblico: campione gratuito

Autoipnosi per superare la paura di parlare in pubblico