

The book was found

# **CÓMO SUPERAR LA TIMIDEZ Y EL MIEDO A HABLAR EN PÚBLICO.: Soluciones Prácticas Y Sencillas Para Conseguirlo (Spanish Edition)**



## Synopsis

libro práctico con las mejores técnicas para combatir las crisis de pánico y ansiedad. Una guía esencial para todos aquellos que quieran afrontar con garantías y serenidad la tarea de hablar en público o desenvolverse con soltura y confianza en toda clase de eventos sociales. A través de 10 simples técnicas, este libro enseña a controlar todos los síntomas indeseados de la timidez, desde las reacciones físicas hasta los pensamientos ansiosos y los comportamientos inadecuados.

## Book Information

File Size: 883 KB

Print Length: 160 pages

Publisher: Amat Editorial (February 23, 2012)

Publication Date: February 23, 2012

Sold by: Amazon Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B00C1P1SUS

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #695,830 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #110

in Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Arte, Cine y Fotografía >

#132 in Books > Libros en español > Arte, arquitectura y fotografía > Artes de

Actuación #187 in Books > Libros en español > Negocios e inversiones > Industrias y Profesiones

[Download to continue reading...](#)

CÓMO SUPERAR LA TIMIDEZ Y EL MIEDO A HABLAR EN PÚBLICO.: Soluciones prácticas y sencillas para conseguirlo (Spanish Edition) El Sonido en la Iglesia: Soluciones prácticas para sonidistas, músicos y directores de culto (Spanish Edition) HABLAR EN PÚBLICO y tener Éxito (Comunica y convence nº 1) (Spanish Edition) Miedo: Vivir en el presente para superar nuestros temores (Spanish Edition) La nueva guía a médica de remedios caseros: Soluciones sencillas, ideas ingeniosas y curas poco comunes para ayudarle a sentirse mejor rápidamente (Spanish Edition) Autismo: Explicado Para Principiantes - Tratamiento definitivo para el autismo y guía de recuperación (Técnicas disponibles de prevención y detección para superar el autismo nº 1)

(Spanish Edition) Cocina Italiana: Recetas Italianas para principiantes (Recetas sencillas para principiantes - Comida Italiana para todos n.º 1) (Spanish Edition) Inglés Básico: Una introducción práctica en treinta temas básicos para empezar a hablar ya! (Spanish Edition) El calendario del jardinero: Una guía para cuidar su jardín durante todo el año (Guías prácticas de jardinería) (Spanish Edition) Días de Cocina Recetas para Postres: ¿Cómo cocinar prácticas recetas de postre deliciosas y fáciles? (Spanish Edition) Naturaleza y Conducta Humana: Conceptos, Valores y Prácticas Para La Educación Ambiental (Spanish Edition) GUIA REFERENCIAL DE CONTENIDOS PARA PRESENTAR PROYECTOS INDUSTRIALES DE INVERSIÓN.: Serie Guías Prácticas de Ingeniería Industrial (Spanish Edition) El poder curativo de la mente: Técnicas prácticas para gozar de buena salud y aumentar el poder mental (Spanish Edition) La ansiedad: estrategias prácticas para manejarla paso a paso (Biblioteca de Salud Mental n.º 1) (Spanish Edition) Ponle Chispa a tu Matrimonio: Formas Prácticas para Avivar la Llama del Amor con tu Pareja (Spanish Edition) Sanación Prácticas : La Ciencia Antigua Y El Arte De La Sanación Prácticas : Manual Práctico (Spanish Edition) Ponte en Mis Zapatos: 11 Soluciones para Remediar los Retos de "Criar Hijos Como de Costumbre" (Ayuda y Motivación Para Padres) (Spanish Edition) So Easy Comida Para Niños Pequeños: Sugerencias y Recetas Sencillas Para Sobrevivir los Años de niños Pequeños (Spanish Edition) Una Dulce Espera. Libro de Embarazo. Consejos prácticos para disfrutar del embarazo semana a semana: Toda la información y consejos prácticos para disfrutar ... increíble viaje de 9 meses (Spanish Edition) Planificación y diseño del jardín: La planificación y el diseño adaptados a su jardín (Guías prácticas de jardinería) (Spanish Edition)