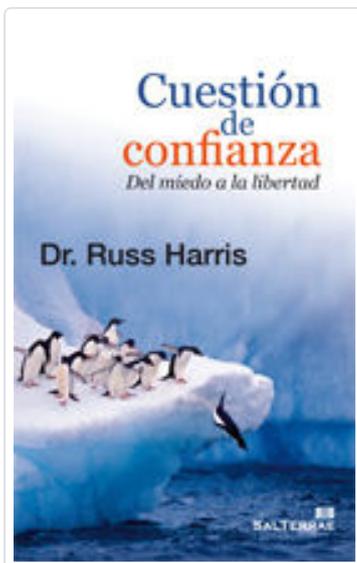


CUESTION DE CONFIANZA. DEL MIEDO A LA LIBERTAD.



RUSS HARRIS

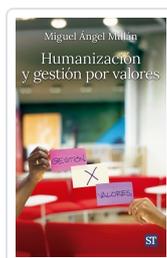
SINOPSIS

Todos sabemos lo que es quedarse bloqueado por falta de confianza. Ya se trate de hacer nuevas amistades, de seguir adelante con nuestra carrera o de conseguir otros objetivos importantes, la falta de confianza, por lo general, nos cierra el paso. Este libro pretende ayudar a desarrollar la confianza en uno mismo y, de ese modo, a poder perseguir sus sueños. A base de técnicas validadas empíricamente de la Terapia de Aceptación y Compromiso, el Dr. Russ Harris nos ayuda a conseguir una confianza duradera, a identificar lo que nos apasiona y a crearnos una vida realmente satisfactoria. ...



Editorial	SAL TERRAE, EDITORIAL
Materia	AUTOAYUDA
Colección	PROYECTO
EAN	9788429319958
Status	Disponible
Encuadernación	Otros
Páginas	296
Tamaño	135x215x mm.
Peso	350
Precio (Imp. inc.)	23,50€
Fecha de lanzamiento	30/03/2012

Títulos relacionados



HUMANIZACIÓN Y GESTIÓN POR VALORES
MIGUEL ÁNGEL MILLÁN ASÍN



ACOMPañAR EN LA ENFERMEDAD Y EN EL DUELO
Nº165
AUGUSTIN BADO



EN TU CENTRO. ENEAGRAMA
MELENDO, MAITE



VENCER LOS MIEDOS
AUGER, LUCIEN