

Conoscere L Intelligenza Emotiva Come Usare Le Emozioni Per Migliorare Se Stessi E Comprendere Gli Altri

Libertà marginali sono quelle di coloro che si vedono costretti in una cella o in una casa, perché colpevoli e manchevoli verso la società; libertà marginali sono quelle che scaturiscono da tutti quei dispositivi giuridici (messa alla prova, libertà condizionata, semilibertà, custodia cautelare, ecc.) che circoscrivono e delimitano la possibilità di un soggetto di agire, a causa di un cattivo uso della propria libertà; marginale è, però, anche la libertà che questi ragazzi hanno di scegliere una propria strada, perché troppo spesso essa appare come segnata da un contesto, da un destino familiare, fatto di violenza, delinquenza e criminalità, che costituiscono la realtà data e data per scontata. Cosa può mettersi tra questo destino e la possibilità di un progetto autonomo di vita? Come riportare questi ragazzi dal margine delle loro responsabilità e delle loro scelte al centro della propria esistenza? Su quali e quanti fronti si gioca questa sfida? Convinzione di chi scrive è che si tratti di una sfida complessa, che richiede un costante lavoro educativo che abbia le caratteristiche della multidimensionalità e della policontestualità, esprimendosi in più dimensioni (culturale, educativa, psicologica, sociale) e in più contesti (scuola, famiglia, lavoro, gruppo dei pari). Accoglierla significa pensare di lavorare su se stessi e sulla propria visione del mondo, prima ancora che sull'altro; significa saper essere in dialogo con le proprie emozioni, per gestirle consapevolmente; significa continuare a credere e sperare nel cambiamento, anche di fronte alle continue disconferme e criticità che il contesto pone.

La serie di metodi e di tecniche guidate che ti svela le potenzialità e gli strumenti della riprogrammazione mentale 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} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} Con questo metodo guidato, strutturato in 4 strategie (per un totale di 7 tecniche), imparerai a usare il potere della tua mente conscia, nella vita di tutti i giorni, in ogni momento della giornata, nell'ambito che desideri. Questo metodo ti consente inoltre di usare al meglio tutte le altre tecniche e metodi guidati della serie Psicocibernetica, perché comprendere a fondo il funzionamento della mente conscia e della mente subconscia è il fondamento della deprogrammazione e riprogrammazione mentale, tra i punti cardini della Psicocibernetica. Le 4 strategie del metodo ti consentiranno di . Indirizzare le tue risorse psichiche sulla realizzazione di uno specifico obiettivo grazie all'energia dell'intenzione . Controllare le tue emozioni negative e usare la tua mente conscia come "guardiano della soglia" della tua vita emozionale . Usare la tua intelligenza conscia positiva per riempire la tua mente di pensieri

costruttivi e fortificanti verso te stesso e verso gli altri . Utilizzare l'intelligenza positiva come potente risorsa contro le emozioni negative e per rilasciare esperienze e memorie negative di cui vuoi liberarti La Psicocibernetica è un sistema di trasformazione personale attraverso la "riprogrammazione mentale" di noi stessi: attraverso il potere della nostra psiche, possiamo tornare a "guidare noi stessi", la nostra nave, nel mare della vita. Tutti i pensieri negativi e i programmi distruttivi possono essere modificati, sostituiti da nuove immagini mentali che conducono alla sicurezza e al successo. La Psicocibernetica può avere effetti grandiosi, applicata sia alla crescita e alla motivazione personale sia alla realizzazione e al raggiungimento del successo nell'ambito professionale. Perché leggere e ascoltare questo ebook . per comprendere come funziona la mente conscia e imparare a usarla per raggiungere i propri obiettivi in ogni ambito . per capire come attraverso il potere della mente conscia è possibile ottenere ciò che si desidera . per avere un metodo completo e delle strategie efficaci con cui migliorare l'uso di tutte le tecniche e i metodi di Psicocibernetica

Prefazione di Stefano Cianciotta Nel lavoro ancora oggi sembra che nella stragrande maggioranza delle situazioni, si continui ad usare categorie di pensiero, idee e strumenti del secolo scorso che, forse, potevano funzionare in una situazione completamente diversa, ma che ormai sono inadeguati alla realtà che è cambiata e cambia con una rapidità impressionante. Da questa riflessione condivisa è nata l'idea di scrivere "a quattro mani" un libro, si spera diverso, che affronta e illustra le nuove idee sul lavoro che cambia, con la giusta attenzione su cosa fare e soprattutto su come fare La serie di tecniche guidate che ti svela le potenzialità e gli strumenti della riprogrammazione mentale Oltre al testo, l'ebook contiene: . Gli audio della tecnica (durata complessiva: oltre 4 ore di audio guidati passo passo) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer La Psicocibernetica è un sistema di trasformazione personale attraverso una "riprogrammazione mentale" subconscia di noi stessi: attraverso il potere della nostra psiche, possiamo tornare a "guidare noi stessi", la nostra nave, nel mare della vita. Tutti i pensieri negativi e i programmi distruttivi possono essere modificati, sostituiti da nuove immagini mentali che conducono alla sicurezza e al successo. La Psicocibernetica può avere effetti grandiosi, applicata sia alla crescita e alla motivazione personale sia alla realizzazione e al raggiungimento del successo nell'ambito professionale. Con questo programma pratico suddiviso su 7 giorni, imparerai a sviluppare le potenzialità della tua immaginazione, un mezzo potente in grado di plasmare la tua realtà. Imparerai a sfruttare il potere dell'immaginazione per migliorare le tue capacità mentali, dalla memoria all'apprendimento, dal ragionamento alla concentrazione. Il programma è così strutturato. . Due capitoli introduttivi sull'utilizzo specifico dell'immaginazione nella Psicocibernetica e le caratteristiche dell'immaginazione, per approfondire i principi-base dell'immaginazione in Psicocibernetica e per predisporti al meglio al programma pratico. . Giorno 1. Inizierai a prendere confidenza con la

creazione di immagini mentali, lavorando con l'immaginazione visiva . Giorno 2. Estenderai l'immaginazione alla dimensione auditiva e sensoriale . Giorno 3. Estenderai l'immaginazione alla dimensione emotiva . Giorno 4. Imparerai a utilizzare l'immaginazione per creare nuove idee e realtà . Giorno 5. Utilizzerai l'immaginazione per il miglioramento dell'immagine di te stesso/a . Giorno 6. Utilizzerai l'immaginazione per creare l'immagine della realtà che vuoi vivere in conformità ai tuoi obiettivi e istruire il subconscio a recepire quell'immagine . Giorno 7. In questa fase avanzata radicherai nel profondo del subconscio la creazione dell'immagine di te e della tua realtà, utilizzando induzioni molto potenti e lasciando spontaneamente uscire le immagini nella tua mente. Imparerai inoltre che l'immaginazione in Psicocibernetica è basata su tre principi cardine: . Principio 1: l'immaginazione è una facoltà innata . Principio 2: l'immaginazione è sempre un'azione creativa ed è sempre creatrice . Principio 3: l'immaginazione vince sempre sulla volontà Questo ebook è pensato per chi . Conosce la Psicocibernetica e vuole dimostrazioni pratiche della sua efficacia . Desidera conoscere e approfondire un efficace sistema di avanzamento e crescita personale . Vuole usare la Psicocibernetica per riprogrammare la sua realtà e ottenere ciò che desidera . Ha uno scopo ben preciso (personale o professionale) e vuole i mezzi più potenti ed efficaci per raggiungerlo

Si è parlato molto di matematica negli ultimi anni, soprattutto in termini di necessità di un'istruzione applicata in tenera età, ad esempio nel caso dell'economia, come mezzo per preparare i minori al loro futuro impegno di cittadini. Ci sono stati anche miglioramenti nei processi di apprendimento relativi all'incorporazione di nuovi strumenti pedagogici importati da altri Paesi. Ma la più grande rivoluzione è avvenuta nel campo delle neuroscienze e il progresso che hanno avuto negli ultimi anni ha permesso di studiare e comprendere il funzionamento del cervello mentre sviluppa delle funzioni come la matematica. Da qui la necessità di disporre di lavori sempre aggiornati che affrontino i diversi temi legati al campo delle neuroscienze e della matematica. Un libro accessibile per tutti coloro che vogliono approfondire la conoscenza del cervello e come sfruttarne le potenzialità in termini di educazione matematica. PUBLISHER: TEKTIME 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} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} La serie di metodi e di tecniche guidate che ti svela le potenzialità e gli strumenti della riprogrammazione mentale Oltre al testo, l'ebook contiene: . Gli audio delle tecniche (durata complessiva: 1 ora e 20 minuti) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer . Modello in formato pdf da compilare per l'esecuzione della tecnica 1 Con queste due tecniche guidate imparerai un metodo efficace per acquisire a livello subconscio la sensazione di successo e vittoria che almeno una volta hai provato nella vita. Richiamandola, sarai poi in grado di dirigerla e darti la

carica per affrontare ogni nuova situazione con la stessa energia e vitalità che derivano dalla sensazione di vittoria e successo. Le 2 tecniche del metodo ti consentiranno di . Entrare in profondità nella sensazione di vittoria passata, di rievocarla nel dettaglio emozionale e di imprimerla come meccanismo del successo a livello subconscio. . Creare e attivare la sensazione di vittoria rispetto a uno scopo o una situazione di cui vuoi acquisire la sensazione di riuscita e successo. La Psicocibernetica è un sistema di trasformazione personale attraverso la "riprogrammazione mentale" di noi stessi: attraverso il potere della nostra psiche, possiamo tornare a "guidare noi stessi", la nostra nave, nel mare della vita. Tutti i pensieri negativi e i programmi distruttivi possono essere modificati, sostituiti da nuove immagini mentali che conducono alla sicurezza e al successo. La Psicocibernetica può avere effetti grandiosi, applicata sia alla crescita e alla motivazione personale sia alla realizzazione e al raggiungimento del successo nell'ambito professionale. Perché leggere e ascoltare questo ebook . per comprendere come funziona il servo-meccanismo subconscio . per ritrovare sensazioni ed emozioni di un successo o una vittoria passata e poterle riportare nella situazione presente per raggiungere un nuovo obiettivo . per affrontare ogni nuova sfida con la stessa energia emozionale e la stessa sensazione di vittoria di uno dei tuoi successi passati

Conoscere l'Intelligenza emotiva Come usare le emozioni per migliorare se stessi e comprendere gli altri Area51 Publishing

il testo propone una raccolta di testi scritti da adolescenti-studenti sul tema dell'autostima. Tali testi sono stati analizzati e codificati da un gruppo di lavoro formato da genitori e pubblicati senza alcuna censura o revisione anche dal punto di vista ortografico. La lettura dei contributi dei ragazzi aiuterà certamente a fornire suggestioni che uno sguardo adulto non è immediatamente in grado di osservare. Questo il valore della raccolta di testi.

Ti sei mai imposto nella vita di cambiare? Ti piacerebbe conoscere te stesso in maniera più profonda? Vorresti capire come usare l'intelligenza emotiva per vivere una vita felice e soddisfacente? Allora continua a leggere... Spesso abbreviato come "EQ", l'intelligenza emotiva è la capacità personale di riconoscere ed etichettare le proprie emozioni e sentimenti, e di usare queste informazioni per guidare il proprio pensiero e il proprio comportamento nella direzione desiderata. Sia che cerchiate di far carriera con facilità, di prosperare durante gli eventi sociali o semplicemente di sentirvi più in pace con voi stessi, un EQ ben sviluppato è assolutamente fondamentale. Nel corso di questo libro daremo un breve sguardo alle conoscenze attuali sull'argomento, prima di esplorare come si può migliorare notevolmente la propria intelligenza emotiva con una serie di semplici esercizi pratici. L'autore Donald Brown offre una incredibile e potente nuova visione delle nostre "due menti", la mente razionale e la mente emotiva, e come insieme modellano il nostro destino. Occorre dunque imparare delle basi solide per poter sfruttare al meglio l'intelligenza emotiva. All'interno del libro scoprirai: Che cos'è l'intelligenza emotiva e perché aumentare il tuo quoziente emotivo (EQ) è così importante. Come connettersi più facilmente con le persone e costruire relazioni forti e durature. Come incrementare l'intelligenza

emotiva. Come l'intelligenza emotiva influenza le tue relazioni e il tuo lavoro. L'importanza dell'empatia e come migliorarla. Come gestire le tue emozioni, anche quando sono forti e distruttive (come la rabbia o l'invidia). Le "trappole del pensiero" e come affrontarle. Molto di più! Se hai lottato per capire dove si inseriscono le tue emozioni nel quadro generale della tua vita o cosa puoi fare per raggiungere la grandezza nella tua vita personale e professionale, allora questo libro è perfetto per te. Non permettete a voi stessi di vivere un altro giorno nell'oblio e senza risultati. Preparati a capire le domande difficili che tutti ci poniamo ogni giorno grazie all'intelligenza emotiva. Ti aspetto dentro un viaggio che cambierà la tua vita. Clicca sul pulsante "Acquista con 1 Click".

La serie di tecniche guidate sul metodo di riprogrammazione mentale più moderno e rapido. Oltre al testo, l'ebook contiene i link per scaricare Gli audio della tecnica (durata complessiva: circa 60 minuti) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer . Canvas in formato pdf da compilare per l'autovalutazione della tua immagine di te

La Psicocibernetica è un sistema di trasformazione personale attraverso la riprogrammazione mentale" subconscia di noi stessi. Questa tecnica ti guida alla scoperta della tua attuale immagine di te e alla creazione della tua nuova, migliore, perfetta immagine. La tecnica è strutturata in tre parti. . La prima parte ti serve per conoscere ed esplorare la tua attuale immagine di te. Per farlo utilizzerai un canvas, uno schema-modello da compilare con le tue specifiche caratteristiche . La seconda parte consiste nella tecnica immaginativa vera e propria: dopo un rapido e profondo rilassamento utilizzerai un potente processo di autoaffermazioni e visualizzazione guidata che ti porterà a imprimere nel tuo subconscio la nuova immagine di te . La terza parte ti insegna un metodo rapido e molto utile per la vita quotidiana per sostituire la vecchia immagine con la nuova immagine . Un'importante appendice, infine, ti insegna come utilizzare l'immagine di sé per ottenere specifici miglioramenti e raggiungere determinati obiettivi (nello sport, nello studio, negli hobby, nel lavoro eccetera) Con questa tecnica imparerai . Ad autovalutare la tua attuale immagine di te . A creare la tua nuova immagine di te . Una potente tecnica di rilassamento . Le autoaffermazioni fortificanti per la tua immagine . Una potente visualizzazione guidata Imparerai inoltre . Tecnica di sostituzione rapida dell'immagine di sP . Origine e principi della Psicocibernetica . L'immagine di sé nella Psicocibernetica

Francesca Micacchi proviene da studi d'arte e lavora con diversi media ponendo l'accento sulla condivisione e lo stravolgimento dei codici della comunicazione. La poesia rappresenta, in ogni suo lavoro, il perno d'ispirazione e di realizzazione espressiva. In questo libro, l'autrice fa un lavoro di analisi sulle motivazioni che spingono le emozioni e le azioni, in altre parole "l'emotivazione" (neologismo creato dall'autrice). Una poesia in tre atti che sono tre tempi, tre diversi battiti che segnano il ritmo universale della nascita, della maturazione e della fine del sentimento. Il passaggio (rappresentato nell'opera di copertina) diviene il momento catartico e commovente di tutta l'opera; l'emblema del cambiamento di stato, la condizione necessaria per rigenerarsi. "La poesia non si commenta, si sente, si percepisce è estemporanea. La poesia è nell'aria armonica di un momento, e la riusciamo a cogliere solo ponendoci umilmente in ascolto, come bambini in preda allo stupore".

La scelta dell'inclusione parte da un coinvolgimento personale. Scegliere di includere vuol dire, prima di ogni cosa, scegliere di includersi, di mettersi in discussione, di ripercorrere la propria storia, di lavorare sulle proprie emozioni, sulla consapevolezza dei

propri punti di forza e di debolezza. La scelta di includere è relativa all'includere l'altro come egli è, senza investirlo e caricarlo di aspettative proprie, ma impegnandosi a fornirgli gli strumenti necessari affinché un giorno sia lui a poter scegliere chi e come essere. La scelta di includere è prima di tutto una scelta etica, ed è proprio dalla dimensione etica, ossia dalla volontà di restituire alla nostra società l'integrità che perde ogniqualvolta una persona resta esclusa, che scaturisce la seconda dimensione, quella culturale e scientifica. La scienza, in particolare quella pedagogica, ponendosi al servizio dei processi di inclusione nei contesti reali, esprime la sua natura di scienza sociale, empirica e pratica, oltre che eidetica, che si alimenta nel confronto diretto con le esperienze e i contesti reali di cui si interessa. Questo volume intende, dunque, offrire spunti di riflessione teorico-metodologici e strumenti per progettare e gestire un servizio educativo in condizioni di difficoltà, a partire da un'esperienza concreta, dalla sua genesi e dal suo sviluppo. In tal senso, si descrive quanto è stato realizzato in oltre dieci anni di attività di ricerca, di formazione e di educazione con bambini e genitori che vivono situazioni di devianza e rischio sociale.

Il volume nasce da una serie di riflessioni maturate negli ultimi anni che, tessendo le trame della formazione con quelle dell'emozione e della ragione, rivolgono l'attenzione alla scuola come "palestra di competenze per la vita" e al docente come "orientatore" e "detentore di salute pubblica", disposto ad assumersi la responsabilità emotiva della sua professione che deve essere intesa come una professione di cura, di aiuto, di orientamento. Prende così corpo la proposta di un "insegnante emotivo" che nasce dalla presa d'atto che, al fianco di competenze di contenuto e disciplinari, didattiche e comunicative, deve acquisire ed esercitare anche competenze "cliniche", ermeneutiche e trasformative che non possono essere affidate alla sensibilità personale o alla spontaneità/casualità dell'esperienza. Devono, invece, essere apprese sin dai momenti di formazione iniziale degli insegnanti e possono tradursi in una "saggezza formativa" e in una "sensibilità emotiva", che deve divenire abito professionale ma, prima ancora, modalità di valutazione riflessiva della propria professionalità, dei contesti e delle relazioni che la connotano. Un esperto negoziatore di ostaggi svela i segreti per gestire e risolvere i conflitti sul lavoro e nella vita quotidiana.

La Bioenergetica è una particolare forma di psicoterapia sviluppata da Alexander Lowen, allievo di Wilhelm Reich, primo studioso e ispiratore delle terapie centrate sul corpo. 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} Lo scopo della Bioenergetica è armonizzare corpo e mente al fine di sciogliere quei meccanismi che a livello fisico e a livello psichico inibiscono la libera espressione del corpo e delle emozioni. Grazie a questo ebook avrai una breve introduzione alla Bioenergetica: ne ripercorrerai le origini, i concetti fondamentali e gli strumenti principali. Contenuti principali dell'ebook . Le teorie di Wilhelm Reich . L'azione della mente sul corpo . Il lavoro di Alexander Lowen . Le principali tecniche della Bioenergetica Perché leggere l'ebook . Per conoscere un affascinante approccio alla mente e al corpo . Per capire come il corpo rispecchia la mente . Per usare il corpo e la respirazione per migliorare la propria vita quotidiana . Per scoprire che siamo integrazione di corpo, mente e spirito . Per

sviluppare maggiore consapevolezza di sé e dei processi psico-fisici A chi si rivolge l'ebook . A chi vuole conoscere un metodo che ha rivoluzionato la storia della psicologia . A chi è appassionato di psicologia e vuole conoscere una particolare forma di psicoterapia centrata sul corpo . A chi desidera avere un testo introduttivo e utile per conoscere come funzionano corpo e mente

Puoi superare le paure che ti bloccano? Puoi affinare le tue capacità emotive? Puoi migliorare la qualità delle tue relazioni? Sì, sviluppando la tua intelligenza emotiva. Questo libro offre una serie di strumenti pratici, esercizi e casi studio che ti permettono di: riconoscere il valore delle tue emozioni; evitare di essere manipolato da un uso improprio delle emozioni; migliorare la qualità della tua vita privata e lavorativa.

L'Intelligenza Emotiva è la chiave di volta per la nostra Autorealizzazione: lo sostiene Daniel Goleman nell'omonimo best-seller con cui ha divulgato a livello planetario un ambito di studi rimasto pressoché sconosciuto fino al 1995. Il ricercatore statunitense dichiara altresì che l'Intelligenza Emotiva può essere aumentata, ma in quel testo non ci dice come possiamo raggiungere un simile risultato. Per colmare questa lacuna, ecco il Progetto Editoriale in 6 Volumi di Daniele Bondi, un lavoro di ampio respiro fondato su 5 decenni di Ricerche teoriche e pratiche condotte sui libri, fra i banchi universitari, nelle aule dei corsi di Crescita Personale, lavorando tenacemente sulle proprie Emozioni, superando sofferenze interiori in prima persona e aiutando tante persone a ritrovare Equilibrio, Gioia di Vivere, Realizzazione. Un Progetto Editoriale in cui l'autore ci racconta la sua scoperta del Filo Rosso (un geniale collegamento fra discipline e filosofie apparentemente lontane) e la conseguente ideazione di Q-NLP® (un Percorso di Crescita Personale Multidisciplinare che consente ai frequentanti di Incrementare l'Intelligenza Emotiva). In questo Primo Volume, Daniele Bondi si concentra sul Linguaggio dimostrandone i limiti gnoseologici e la potenza emozionale. Se da un lato questo strumento non ci permette di conoscere e descrivere la realtà in se stessa, dall'altro occorre imparare a maneggiarlo con cura al fine di cessarne un utilizzo autodistruttivo e promuoverne uno potenziante e generativo. Il testo si presenta in forma triplice: alla parte saggistica, largamente preponderante, si associano in ogni Capitolo sia un Racconto che alcuni Esercizi pratici. Questa prosa multiforme aiuta il lettore a comprendere in modo razionale e ad assimilare in modo inconscio, migliorandosi negli ambiti della Autoconsapevolezza e Autogestione Emotiva. Daniele Bondi si è laureato in Filosofia (Università di Parma) e in Economia (Università di Modena). Diplomato Trainer di PNL con John Grinder, è allievo diretto anche di Richard Bandler, Robert Dilts e Roy Martina. È iscritto all'International Trainers Academy e al Conacreis come Operatore Olistico. Ha fondato il Mind Training Institute di Modena attraverso il quale svolge l'attività di Formatore aziendale e di Mind Trainer individuale, aiutando chiunque desideri Incrementare l'Intelligenza Emotiva per conseguire risultati più soddisfacenti. Ha pubblicato diversi romanzi, raggiungendo la notorietà con "Il Caso Cartesio" e

vincendo 17 Premi Letterari.

La serie di tecniche guidate che ti svela le potenzialità e gli strumenti della riprogrammazione mentale Oltre al testo, l'ebook contiene: . Gli audio della tecnica (durata complessiva: circa 100 minuti) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer . 6 Canvas (schemi-modello) in formato pdf da scaricare e compilare per l'esecuzione del metodo Questo metodo ti guida passo passo alla scoperta dei tuoi meccanismi di successo e alla loro programmazione subconscia. Lo fa utilizzando e mettendo in pratica i due assunti fondamentali del Meccanismo del Successo nella Psicocibernetica: 1. Insito in ognuno di noi è presente un "istinto" al successo 2. Per attivare il nostro meccanismo del successo dobbiamo programmarlo per uno scopo Il metodo è strutturato in tre passi. . Il primo passo ti fa conoscere la funzione dei tuoi programmi di cambiamento e dei tuoi programmi di resistenza e definire il programma del tuo "Io Successo". Per eseguire questo primo passo utilizzerai dei canvas, schemi-modello da compilare. . Il secondo passo consiste nel processo di programmazione subconscia verso lo scopo con l'uso dell'immaginazione creativa. . Il terzo passo consiste in una strategia settimanale per applicare i tuoi programmi del successo alle tue azioni quotidiane e imprimere in modo sempre più profondo in te stesso/te stessa i programmi di cambiamento per il tuo successo, . Il metodo include due ulteriori tecniche . La prima ti insegna come sostituire rapidamente alle immagini, i pensieri e le emozioni dell'insuccesso la tua immagine di successo e come ancorare le emozioni potenzianti che attiva in te. . La seconda ti insegna come applicare il metodo alla creazione specifici meccanismi del successo orientati a specifici obiettivi in qualunque settore: nello sport, nell'apprendimento, nel lavoro eccetera. Con questo metodo imparerai . A scoprire i tuoi programmi di resistenza e programmi di cambiamento . A concentrarti unicamente sui programmi di cambiamento . A creare il tuo unico meccanismo di successo . A installare in te a livello subconscio i programmi del meccanismo del successo . Ad applicare il meccanismo di successo in ogni ambito della tua vita Imparerai inoltre . Cos'è il meccanismo del successo . Come funziona il servo-meccanismo subconscio . Come nel nostro subconscio sono installati programmi di resistenza e di cambiamento . Come orientare il nostro subconscio verso uno scopo . Le 4 raccomandazioni di Maxwell Maltz per la Psicocibernetica Nota: Questa serie non è stata in alcun modo autorizzata dal creatore della Psicocibernetica Maxwell Maltz e non ha alcun rapporto né diretto né ufficiale con i libri, i workshop e i corsi di Maltz. Sulla base del suo insegnamento, cercando di seguirne fedelmente l'impostazione scientifica e psicologica, l'autore di questa serie ha sviluppato tecniche autonome affinché ognuno possa sviluppare individualmente e mettere in pratica ogni giorno il potere di ognuno di noi possiede di creare e vivere la propria migliore realtà e di raggiungere la felicità che si merita.

?? OLTRE 30.000 COPIE VENDUTE IN ALTRI MERCATI ?? Ti sei mai imposto nella vita di cambiare? Ti piacerebbe

conoscere te stesso più profondamente? Vorresti capire come usare l'intelligenza emotiva per vivere una vita felice e soddisfacente? Allora continua a leggere. Per molto tempo si è creduto che l'intelligenza dei libri fosse tutto ciò di cui si aveva bisogno per andare avanti nella vita. Questo fino a quando non è stato introdotto un diverso tipo di intelligenza: l'intelligenza emotiva, ovvero il tipo di intelligenza di cui hai bisogno per capire le tue emozioni, relazionarti bene con le persone e gestire le sfortune che la vita può lanciarti addosso. Le persone con intelligenza emotiva sembrano aver capito tutto dalla vita perché hanno imparato la cosa più importante di tutte: hanno imparato il loro sapere da sole. Molto probabilmente è capitato a tutti di sentire frasi del tipo: «L'ansia mi domina», «Sono sotto stress», «Mi è venuta la depressione», «Sono molto triste, ma non so per quale motivo». Tranquillo. Capita a tutti. La verità è che un quoziente intellettivo altissimo non mette al riparo da grandi fallimenti, come la crisi di un matrimonio o la rottura di rapporti lavorativi importanti. E' necessaria un'altra forma di intelligenza. Questo tipo di intelligenza è definita come la capacità di monitorare i propri sentimenti e quelli degli altri al fine di raggiungere obiettivi specifici. Anche se modellata dalle esperienze infantili, l'intelligenza emotiva può essere nutrita e rafforzata durante tutta la nostra età adulta, con benefici immediati per la nostra salute, le nostre relazioni e il nostro lavoro. L'autore Donald Brown offre una incredibile e potente nuova visione delle nostre "due menti", la mente razionale e la mente emotiva, e come insieme modellano il nostro destino. Occorre dunque imparare delle basi solide per poter sfruttare al meglio l'intelligenza emotiva. E' molto importante poter fare pratica sulla disciplina, altrimenti con una serie di informazioni teoriche è molto difficile apprendere l'argomento a pieno. Infatti questo libro contiene una parte rivolta ad esercizi e spiegazioni pratiche, applicabili sin da subito. All'interno del libro scoprirai: Che cos'è l'intelligenza emotiva e perché aumentare il tuo quoziente emotivo (EQ) è così importante. Come incrementare l'intelligenza emotiva. Come l'intelligenza emotiva influenza le tue relazioni e il tuo lavoro. L'importanza dell'empatia e come migliorarla. Come gestire le tue emozioni, anche quando sono forti e distruttive (come la rabbia o l'invidia). I tipi di vampiri dell'energia, come identificarli e poi gestirli, ridurne l'effetto o eliminarli. "Quiz di intelligenza emotiva" per sapere come si sta viaggiando sull'intelligenza emotiva. E molto di più! Non importa assolutamente se non hai esperienza, all'interno troverai tutto ciò di cui hai bisogno per poter cambiare la tua vita. Se hai lottato per capire dove si inseriscono le tue emozioni nel quadro generale della tua vita o cosa puoi fare per raggiungere la grandezza nella tua vita personale e professionale, allora questo libro è perfetto per te. Non permettete a voi stessi di vivere un altro giorno nell'oblio e senza risultati. Preparati a capire le domande difficili che tutti ci poniamo ogni giorno grazie all'intelligenza emotiva. Ti aspetto dentro un viaggio che cambierà in meglio la tua vita. Clicca sul pulsante "Acquista con 1 Click".

Quante volte hai pensato "Se solo avessi reagito diversamente"? Per la maggior parte delle persone è difficile

controllare emozioni come impulsività, irritazione o rabbia, salvo poi pentirsi amaramente di quello che hanno detto o fatto. Sviluppare l'intelligenza emotiva ti metterà al riparo da queste situazioni spiacevoli e imbarazzanti perché ti aiuterà a riconoscere, comprendere e gestire le tue emozioni e quelle degli altri, migliorando notevolmente la qualità della tua vita interiore. Il libro di Christine Wilding, psicoterapeuta e autrice di molti libri di crescita personale, è la lettura ideale per iniziare a sviluppare la tua intelligenza emotiva.

Ricco di esercizi, informazioni e idee pratiche, questo libro ti mostra ciò che puoi fare per aumentare il tuo "quoziente emotivo" e quello delle persone con cui vivi e lavori. Grazie a Introduzione all'Intelligenza Emotiva potrai: esprimere al meglio le tue emozioni; liberarti dal giudizio degli altri e dalle emozioni negative; risolvere meglio i conflitti e orientarti verso nuovi obiettivi. "Questo libro ti insegnerà a fare amicizia con le tue emozioni e ad accettare ogni tuo sentimento, per capire e saper gestire anche le emozioni degli altri. Da leggere assolutamente!" Antonella Rizzuto Direttrice NLP ITALY Coaching School

Oltre al testo, l'ebook contiene: . Gli audio della tecnica (durata complessiva: circa 2 ore) . Audio streaming: puoi ascoltare gli audio direttamente dal tuo tablet o smartphone . Audio download: puoi scaricare gli audio sul tuo computer . Canvas (schemi-modello) in formato pdf da compilare per l'esecuzione del metodo guidato . Immagini esplicative sui punti energetici che utilizzerai durante le tecniche La Psicocibernetica è un sistema di trasformazione personale attraverso la "riprogrammazione mentale" subconscia di noi stessi: attraverso il potere della nostra mente, possiamo tornare a "guidare noi stessi", la nostra nave, nel mare della vita. Tutti i pensieri negativi e i programmi distruttivi possono essere modificati, sostituiti da nuove immagini mentali che conducono alla sicurezza e al successo. La Psicocibernetica può avere effetti grandiosi, applicata sia alla crescita e alla motivazione personale sia alla realizzazione e al raggiungimento del successo nell'ambito professionale. Con questo metodo guidato, strutturato in cinque tecniche, imparerai a cancellare dal tuo subconscio i programmi delle crisi passate e a riprendere in mano la tua vita presente rilasciando lo stress emozionale a esse legato. Arriverai a questo nuovo stato mentale attraverso un procedimento sia conscio sia subconscio, perché è il perfetto equilibrio tra conoscenza, pensiero e azione che consente i risultati migliori. Le cinque tecniche di questo metodo ti insegneranno 1. A riconoscere il significato fondamentale delle tue crisi del passato, per capire cosa vuoi veramente per te e la tua vita 2. A rilasciare tutta la tensione emozionale delle crisi passate a livello subconscio 3. All'integrazione con te stesso, rilasciando lo stress verso il te stesso passato e imprimendo in te le qualità che hai individuato nella prima tecnica 4. A comprendere il messaggio che le crisi passate ti hanno insegnato e trasmesso, per non ricadere sempre nelle stesse situazioni 5. A imprimere il messaggio delle crisi nel tuo subconscio (attraverso la tecnica dell'integrazione emisferica, la connessione kinesiologica e l'autosuggestione) Contenuti

dell'ebook in sintesi . Identificazione e riconoscimento delle crisi passate . Superamento dei limiti imposti dalle proprie credenze . De-programmazione e ri-programmazione con la Psicocibernetica . Apprendimento della lezione e del messaggio della crisi . Rilascio emozionale e integrazione con se stessi . Acquisizione subconscia del messaggio delle crisi Questo ebook è pensato per chi . Conosce la Psicocibernetica e vuole dimostrazioni pratiche della sua efficacia . Desidera conoscere e approfondire un efficace sistema di avanzamento e crescita personale . Vuole usare la Psicocibernetica per riprogrammare la sua realtà e ottenere ciò che desidera . Ha uno scopo ben preciso (personale o professionale) e vuole i mezzi più potenti ed efficaci per raggiungerlo

Come usare le emozioni per migliorare se stessi e comprendere gli altri Quando si parla di "intelligenza" molti tendono a supporre si tratti di qualcosa legato a ciò che conosciamo come Quoziente Intellettivo e a come riusciamo a esprimere questa "dote naturale" ma la realtà è un po' più complessa di così. Quando si tratta di vita affettiva o amorosa, di gestione familiare o di rapporti di lavoro e interpersonali, esiste un elemento fondamentale da cui non è possibile prescindere per valutare le capacità, le competenze e le abilità complessive di un individuo. Questo elemento è caratterizzato da un insieme di attitudini che ci consentono di riconoscere le nostre emozioni e quelle degli altri, di motivare noi stessi e di gestire gli stati emotivi in maniera positiva e costruttiva, in ogni ambito. In questo ebook vedremo come l'Intelligenza Emotiva, fatta di competenze sia personali sia sociali, possa essere sviluppata e usata nella vita quotidiana, in particolare nelle relazioni e nell'ambito lavorativo.

772.16

Vuoi vedere un drastico miglioramento nella tua vita quotidiana? L'intelligenza emotiva e? spesso definita come la capacità di percepire, usare, capire e gestire le emozioni. In questo manuale imparerai tutto ciò che serve per riconoscere le tue emozioni, sviluppare strategie per gestire queste emozioni e regolare le emozioni degli altri per creare situazioni più equilibrate e meno conflittuali. Padroneggiando questa tecnica, saprete come parlare con loro, saprete anche quando sarà meglio non fare nulla. Questo è vitale per coltivare le relazioni interpersonali e per essere i migliori sul posto di lavoro. Potreste pensare: "Perché questa Intelligenza Emotiva è così importante per avanzare nel mondo del lavoro? Non è più importante essere competente nella materia che sto studiando?" Il valore dell'intelligenza emotiva è incommensurabile. Le persone con una spiccata intelligenza emotiva non solo sono facilmente in grado di condividere le loro idee con il resto del gruppo, ma sono anche in grado di ascoltare, e soprattutto, ascoltare ciò che gli altri componenti del loro team hanno da dire... In questo libro potrai: Comprendere fino in fondo l'efficacia dell'intelligenza emotiva e sfatare i falsi miti sull'emotività? Capire come l'Intelligenza Emotiva può aiutarti ad avere un impatto positivo sia nel lavoro che nella tua vita personale Come come iniziare sin da subito a riconoscere e controllare le tue emozioni

Conoscere le 5 cose che le persone emotivamente intelligenti fanno in modo diverso dagli altri Scoprire i 7 consigli essenziali per migliorare il tuo autocontrollo emotivo e aumentare la tua leadership sul lavoro, nonché le 5 strategie per raggiungere il successo professionale E molto, molto altro... Non importa quale sia la tua vocazione o il tuo mestiere, l'intelligenza emotiva è un'abilità che si traduce in tutte le sfere della vita. Ottenere un diploma o laurearsi all'università ha una sua data di inizio e una fine, ma conoscere se stessi e padroneggiare le proprie emozioni richiede una vita intera. Sei pronto a cambiare positivamente la tua vita?

Il libro appartiene al genere del Social Skill Training. È un apporto teorico in merito alle Abilità Sociali, l'Intelligenza Emotiva e l'Assertività e fornisce anche strumenti di autovalutazione, con schede di automonitoraggio, esercizi e test. Il vissuto dell'autrice e quello del suo fedelissimo amico a quattro zampe Dorian si intrecciano in queste pagine in un legame unico ed indissolubile. Il lettore sarà trasportato dalle emozioni intense che emergono dal racconto sia dell'esperienza personale sia da quella professionale come istruttrice cinofila. Simona e Dorian assaporano i privilegi di una relazione autentica fatta di sinergia e di comprensione, dove le diverse identità riescono ad abbracciarsi grazie alla forza del linguaggio universale delle emozioni.

Abitudine alla felicità e connessione con la Forza Vitale 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} p.p3 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 14.0px 'Gill Sans Light'} span.s1 {letter-spacing: 0.0px} span.s2 {font: 14.0px 'Arial Unicode MS'; letter-spacing: 0.0px} span.s3 {font: 14.0px 'Times New Roman'; letter-spacing: 0.0px}

Con questo ebook hai due metodi guidati semplici ed esaustivi che ti forniscono gli strumenti per realizzare la tua felicità individuale e avanzare nella tua crescita spirituale. Con il primo metodo, “Connessione con la Forza Vitale”, imparerai . Che la Forza Vitale è una funzione della nostra mente e il suo scopo è universale . Come opera la Forza Vitale e come trasformarla in azione operante e cooperante in noi . Una tecnica guidata, divisa in tre passaggi, che ti metterà in connessione con la Forza Vitale e di ricevere e dare energia di fede, di amore, di guarigione, di gratitudine, di pace Con il secondo metodo, “L’abitudine alla felicità”, imparerai . Che la felicità è uno stato mentale ottimale che dobbiamo abituarci ad attivare . Un metodo guidato suddiviso in tre tecniche per acquisire l’abitudine alla felicità . Come sostituire le sensazioni di infelicità con le sensazioni di felicità attraverso l’azione diretta sul tuo subconscio . Alcune strategie pratiche per restare centrato sulla felicità e per mantenere l’abitudine mentale di essere nello stato ottimale La Psicocibernetica è un sistema di trasformazione personale attraverso la “riprogrammazione mentale” di noi stessi: attraverso il potere della nostra psiche, possiamo tornare a “guidare noi stessi”, la nostra nave, nel mare della vita. Tutti i pensieri negativi e i programmi distruttivi possono essere modificati, sostituiti da nuove immagini mentali che conducono

alla sicurezza e al successo. La Psicocibernetica può avere effetti grandiosi, applicata sia alla crescita e alla motivazione personale sia alla realizzazione e al raggiungimento del successo nell'ambito professionale. Perché leggere questo ebook . per comprendere cosa è la Forza Vitale e come agisce in noi e al di fuori di noi . per capire che la felicità non è uno stato acquisito ma un obiettivo da raggiungere lavorando su noi stessi . per capire come attraverso il potere della mente conscia e subconscia è possibile ottenere ciò che si desidera . per comprendere come funziona la mente e imparare a usarla per raggiungere i propri obiettivi . per avere un metodo completo e delle strategie efficaci con cui migliorare l'uso di tutte le tecniche e i metodi di Psicocibernetica

Negli studi di musicoterapia si va alla ricerca degli effetti positivi della musica sull'essere umano. Si scopre così che già nel grembo materno, la Prima Orchestra, siamo cullati ininterrottamente da ritmi-suoni-movimento. Il presente volume intende sostenere, oltre a quello terapeutico, il valore formativo della musicoterapica mettendone in risalto i numerosi ambiti di applicazione.

Programma di Da Grande Sarò Ricco Come aiutare tuo figlio a sviluppare l'intelligenza finanziaria COME INSEGNARE LE BUONE ABITUDINI Come dare insegnamenti positivi attraverso gli esempi. In che modo sfruttare i due livelli di comunicazione: struttura e forma. Come abituare tuo figlio ad avere una mentalità che lo porti verso la ricchezza. Quali sono le abitudini vincenti per ottenere un atteggiamento responsabile nel futuro. Come imparare a conoscere l'intelligenza emotiva e le due componenti che la formano. Come far capire a tuo figlio i segreti per avere una vita agiata e saperla mantenere. COME EVITARE CHE TUO FIGLIO SVILUPPI LA CATTIVA ABITUDINE DELLA PIGRIZIA Come utilizzare la comunicazione per far crescere positivamente tuo figlio. Cosa evitare a tuo figlio per farlo crescere veramente libero. Il primo passo per insegnare a tuo figlio l'educazione finanziaria. In che modo stimolare tuo figlio per renderlo sicuro di sé. Come giungere all'approccio con gli strumenti necessari alla creazione della ricchezza. Quanto contano le convinzioni e gli stili di vita per iniziare a sviluppare una mente da ricco. COME FONDARE LE BASI DELLA RICCHEZZA SUL RISPARMIO Come far cogliere le opportunità a tuo figlio per non farsele sfuggire. Come imparare a capire che persona sei anche dal modo in cui spendi i tuoi soldi. Come insegnare ad essere finanziariamente libero per poter vivere di rendita. Come costruire la vera ricchezza al di là del benessere materiale. L'importanza di provare e dimostrare sempre gratitudine per tutto quello che si possiede. COME INTRAPRENDERE UN PERCORSO CON TUO FIGLIO VOLTO ALLA CONSAPEVOLEZZA DEL DENARO Come impostare con tuo figlio un percorso fantasioso per iniziare a costruire "il suo tesoro". Come essere in grado di capire e riconoscere le buone occasioni. Come pianificare le entrate e le uscite per controllare i risparmi. Come investire senza mettere a rischio il patrimonio già costituito. Come riconoscere i truffatori e come fare per evitarli. In che modo è possibile proteggere il denaro accumulato per non correre rischi. COME RAGGIUNGERE L'OBIETTIVO RICCHEZZA UTILIZZANDO IL POTERE DELLA MOLTIPLICAZIONE Come imparare ad interpretare il valore delle cose al di là del prezzo. Quali sono le abitudini vincenti da insegnare a tuo figlio. Come gestire le pulsioni per raggiungere con efficacia lo

scopo prefissato. Come può essere definita un ricco: scopri il vero significato della parola "ricco". Come analizzare il cambiamento e il miglioramento per ottenere ciò che vuoi. COME FORMARE IL PENSIERO DI RICCHEZZA IN TUO FIGLIO L'importanza di tenere sempre fede alle tue promesse. Come educare tuo figlio ad avere aspirazioni elevate e forti. In che modo ottenere il tuo obiettivo evitando gli eventuali ostacoli. Come essere in grado di capire il tuo tetto massimo di spesa per assicurarti un risparmio. COME UTILIZZARE IL POTERE DELLA FORMAZIONE In che modo il comportamento inconscio influenza il nostro destino. Come un determinato atteggiamento influenza la tua convinzione e il raggiungimento di un obiettivo. Come far capire a tuo figlio il reale valore dei soldi. Come insegnare al bambino attraverso metodi efficaci. COME LA MOTIVAZIONE TI AIUTA A DIVENTARE RICCO Come far capire al bambino che l'avvantaggiarsi nella vita è un buon passo verso il successo. In che modo stimolare l'apprendimento del bambino per creare in lui delle aspirazioni. Come insegnare i concetti sfruttando le tre condizioni per apprendere qualunque cosa. Come far sviluppare nel tempo l'apprendimento per il miglioramento e il raggiungimento dell'eccellenza.

Nei giorni nostri le emozioni giocano un ruolo fondamentale nella vita di tutti i giorni. Ogni ambito, dal lavorativo al personale, sono profondamente influenzati dal modo in cui riusciamo a gestire i nostri sentimenti. L'intelligenza emotiva, detta anche EQ, è quella capacità di capire, conoscere e controllare le nostre emozioni e comprendere quelle degli altri. E' un concetto recentemente studiato ed approfondito da studiosi di fama mondiale. Al giorno d'oggi, il quoziente intellettivo è passato in secondo piano nel raggiungimento del successo in qualunque ambito della nostra esistenza, per dare spazio all'intelligenza emotiva, così come un tempo la forza fisica aveva fatto spazio al Q.I. Conoscere e dominare la nostra Intelligenza Emotiva è diventato fondamentale per la carriera, il business e qualunque tipo di relazione interpersonale. In questo manuale "Intelligenza Emotiva" di Sara Morelli verranno approfonditi nel dettaglio i metodi per corroborare la conoscenza delle emozioni, così da poter semplificare ogni aspetto della nostra vita. In questo libro scoprirai: Che cos'è l'intelligenza emotiva e perché è fondamentale I benefici di un elevato EQ e come migliorarlo Come gestire lo stress e la rabbia L'unico ostacolo che ti ha impedito di raggiungere i tuoi obiettivi - e come superarlo! I vantaggi di avere un atteggiamento positivo per avere risultati positivi Come diventare consapevoli di se stessi e riconoscere le proprie emozioni Il segreto per controllare le emozioni in qualsiasi situazione I metodi per capire le persone tramite le loro emozioni Tecniche pratiche per raggiungere il successo lavorativo tramite l'intelligenza emotiva Come avere un rapporto stabile con la tua famiglia Come intraprendere relazioni costruttive e durature Cos'è l'empatia e come svilupparla ...e molto altro ancora! E' ormai chiaro quanto sia fondamentale essere in grado di gestire ed utilizzare a proprio vantaggio le emozioni per avere successo in qualunque ambito della vita, l'obbiettivo di questo manoscritto è proprio quello di mettere nella condizione di avere una conoscenza approfondita dei sentimenti, tuoi ed altrui. Sei pronto per costruire una versione migliore di te? Scorri verso l'alto, fai click su "Acquista ora con 1 click" e ottieni subito la tua copia!

Questo libro affronta uno dei problemi meno discussi ai giorni nostri, ma che non smette di essere un tema preoccupante poiché riguarda il personale incaricato di garantire la protezione e la sicurezza dei cittadini. Una professione, quella di agente di polizia,

che a volte non viene valorizzata adeguatamente, nonostante l'importante ruolo che riveste nel mantenimento dell'ordine e della convivenza sociale. Un corpo che affronta una realtà sempre più comune con la perdita dei suoi agenti per azione suicida. Tale è la preoccupazione che diversi governi hanno già adottato misure preventive e altri sono ancora in fase di attuazione. Queste misure sono generalmente stabilite all'interno di un piano di prevenzione della polizia, sebbene vi siano disparità in termini di obiettivi e metodi per attuarlo. In questo testo vengono analizzati i piani per la sua attuazione. PUBLISHER: TEKTIME

1130.257

1796.165

[Copyright: d3b3eaf05ef40ba3954768943ee583f1](https://www.tektime.com/copyright/d3b3eaf05ef40ba3954768943ee583f1)