



HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition)

 **Descargar**

 **Leer En Linea**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition)

Pascal Ibiza

HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition)

Pascal Ibiza

¿Llevas tiempo intentando perder la timidez pero no lo consigues?

¿Piensas que es una enfermedad sin solución? ¿Te lamentas por sufrir este problema?

¿Tienes pánico a ruborizarte?

¿La timidez te impide relacionarte con los demás? ¿Te impide hacer amigos? ¿Te bloquea cuando estás con alguien que te gusta?

¿Te avergüenzas cuando tienes que hablar en público?

Hasta Nunca, Timidez te ayudará a superar la timidez y borrarla para siempre.

Otros libros se limitan a describir las causas de su origen y te piden que te sientes a esperar a que tu timidez acabe desapareciendo con el paso de los años. Pero Pascal Ibiza quiere que disfrutes de tu vida ahora. Te presenta tácticas originales que él mismo fue poniendo en práctica hasta perder su timidez. Con ellas:

IN:

- +Amor**
- +Alegría.**
- +Sexo**
- +Hacerte respetar.**
- +Multiplicar tu autoestima.**
- +Ser una persona con autoconfianza.**
- +Hacer amigos con facilidad.**
- +Atreverte a hablar con quien te gusta.**
- +Salir los fines de semana.**
- +Sentirte reconocido y querido.**
- +Atreverte a dar tu opinión.**
- +Felicidad.**

OUT:

- Miedo.**
- Pesimismo.**
- Ansiedad.**
- Rubor.**
- Abusos de matones y listillos.**
- Quedarte en casa aburrido y mirando por la ventana cómo los demás se divierten.**

Secciones especiales:

- +Mi timidez es un problema**
- +El tiempo lo cura todo... ¿o no?**
- +Defensa frente al rubor**

- +La zona de comodidad y sus zombis**
- +Descubriendo quién soy**
- +Las malditas excusas**
- +Pon cara a tus fantasmas**
- +Tu voz interior**
- +Elimina las resistencias**
- +Malos recuerdos = spam**
- +Fracasar es sinónimo de éxito**
- +Fuera tu llorón, dentro tu líder**
- +Relajación, meditación y visualización**
- +Utiliza tu look para ganar autoestima**
- +Cómo relacionarte**
- +Qué hacer cuando eres el nuevo**
- +Entra con decisión**
- +Siéntate en la primera fila**
- +Espacio vital: sal de mi baldosa**
- +Mira a los ojos, pero ¿cuánto?**
- +Evita que se metan contigo: bocazas, chantajistas emocionales y miradas asesinas**
- +Transmisores de negatividad**
- +Cómo superar los bajones**
- +Evita que tus emociones te afecten.**

Nota especial del autor:

"Con 19 años y siendo universitario de repente comencé a sufrir una timidez extrema. Huía cuando las chicas se me acercaban, me escondía en la última fila de la clase y en cuanto sonaba la campana corría a refugiarme en casa..."

Al cabo de un año entero y sintiendo que estaba desperdiciando mi vida decidí dejar los parches (alcohol) y afrontar el problema. Fui desarrollando poco a poco y de manera intuitiva una serie de soluciones para cada caso y en unos meses eliminé mi timidez para siempre.

Desde entonces me he dedicado a producir música electrónica, he trabajado en lugares como Ushuaia en Ibiza, soy maratoniano y me he convertido en un activista defensor de los animales.

Y como no quiero que nadie más sufra este problema he escrito Hasta Nunca, Timidez donde te cuento cómo lo hice. Si quieres vencer la timidez échale un vistazo a mi libro. Hay luz al final del túnel, te lo aseguro".

-Pascal Ibiza, 2013.

Compra Hasta Nunca, Timidez y aprende a superar ya la timidez. Sé feliz, para eso hemos nacido...

 [Descargar HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los ...pdf](#)

 [Leer en línea HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de lo ...pdf](#)

Descargar y leer en línea HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) Pascal Ibiza

Format: Kindle eBook

Download and Read Online HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) Pascal Ibiza #URQISMPA70Y

Leer HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza para ebook en líneaHASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza para leer en línea.Online HASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza ebook PDF descargarHASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza DocHASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza MobipocketHASTA NUNCA, TIMIDEZ: Haz amigos, líbrate de los listillos y disfruta tu vida ya (Spanish Edition) by Pascal Ibiza EPub

URQISMPA70YURQISMPA70YURQISMPA70Y