

Come Ottenere Il Meglio Da S E Dagli Altri

Quando avrò imparato a conoscermi e a comunicare con intelligenza emotiva, sarò veramente padrone/a dei miei pensieri, delle mie emozioni, delle mie scelte, del mio comportamento e della mia vita. Sarò in grado di riconoscere e accettare i miei limiti e i miei punti di forza insieme alla mia energia vitale, che mi renderà capace di pensare rapidamente e di agire con calma senza inutile ansia e tensioni, perché sentirò il mio corpo leggero e rilassato e la mia mente serena, lucida e scattante. Questa profonda consapevolezza mi darà la forza e il coraggio di credere in me e di accettare il cambiamento, di amare la vita e di sentirmi veramente libero/a, in pace con me stesso/a e in piena armonia con l'universo. So che questo è possibile, può accadere già oggi, semplicemente perché lo voglio!

1796.235

1065.123

Un invito a compiere il viaggio più bello: vivere una vita piena e autentica, di successo. Se non possiamo cambiare la direzione del vento... possiamo sempre regolare le vele e raggiungere la meta prefissata! Programma di Fare Carriera in 7 Giorni Organizza la Tua Scalata e Sfonda nel Mondo del Lavoro COME ELABORARE IL TUO PIANO DI SVILUPPO PERSONALE Definire il tuo ruolo in azienda e stabilire l'obiettivo da raggiungere. L'importanza di individuare i tuoi punti di forza e di debolezza. Come stilare il tuo piano di sviluppo personale con l'analisi SWOT. Come progettare la strategia vincente e ottenere risultati concreti. La tecnica per capire se ti stai avvicinando o allontanando dall'obiettivo. COME CREARE LA TUA CREDIBILITA' ALL'INTERNO E ALL'ESTERNO DELL'AZIENDA Come sfruttare il potenziale dei gruppi per il tuo avanzamento di carriera. Individuare e colmare il divario tra posizione occupata e posizione desiderata. Realizzare un'immagine credibile di te stesso all'interno e all'esterno dell'azienda. Conoscere e servirsi delle diverse forme di comunicazione. I suggerimenti per riuscire a emergere e differenziarti dagli altri. COME COMPORTARTI IN ATTESA DELLA PROMOZIONE Perché non devi pensare ai tuoi benefici ma a quelli dell'azienda. L'importanza di padroneggiare autoconsapevolezza e immaginazione. Come abbandonare le vecchie abitudini e abbracciare la via del cambiamento. Perché prendere decisioni ti permette di fare carriera. COME ACQUISIRE LE CAPACITA' RICHIESTE E MOTIVARE I COLLABORATORI Qual è il fattore che ti porterà dritto alla promozione. Come superare i limiti posti dall'apprendimento tramite l'esperienza. Quali sono le caratteristiche che ogni capo deve avere. Come e perché passare dal pensiero lineare al pensiero circolare. Le tecniche per creare un team ed essere riconosciuto come leader. COME SVILUPPARE LE CREDENZE TIPICHE DI UN CAPO Combattere le tue credenze errate e le deduzioni a cui ti portano. Come ottenere informazioni e consigli per raggiungere il tuo obiettivo. Lo stress e l'urgenza: come utilizzarli a tuo vantaggio. Come sfruttare le credenze di chi ha avuto successo. COME CREARE LA TUA NUOVA IDENTITA' L'importanza di vivere le esperienze in modo profondo e non superficiale. Come applicare il principio della crescita dinamica. Come creare un sistema di valori potenzianti. I criteri per scegliere l'azienda in cui lavorare. COME AFFINARE LE TECNICHE DI SVILUPPO PROFESSIONALE Cosa fare per mantenere la tua efficacia lavorativa. Conoscere e far crescere la tua risorsa più importante. I metodi per gestire al meglio gli impegni lavorativi e la vita privata. Gestire i rapporti con gli altri, dai tuoi sottoposti ai tuoi superiori. Consigli per non fare del successo un'ossessione e per non danneggiare il tuo fisico.

1796.232

Non è necessario attendere per vedere come la tecnologia cambierà il mondo delle imprese. È sufficiente osservare le aziende e gli imprenditori che già vivono nel futuro, in una dimensione che spesso rimane nascosta. Cromosoma Innovazione e tutti i volumi della serie THE FUTURE OF MANAGEMENT sono una lettura essenziale per le leadership aziendali e raccolgono una selezione delle visioni più dirompenti provenienti dalla MIT Sloan Management Review di Boston, la principale fonte di idee al mondo sul rapporto tra tecnologia e management. Questa raccolta di riflessioni, arricchita da case studies selezionati dall'ecosistema delle imprese italiane, esplora un nuovo emergente paradigma per il business, un cromosoma che riconfigura definitivamente il codice genetico della disciplina e della pratica manageriale. Con i contributi di: Don Tapscott, autore di Wikinomics; Tim O'Reilly, inventore del 2.0; Ginni Rometty, ceo di IBM; Andrew W. Moore, responsabile AI di Google; Reid Hoffman co-founder di LinkedIn e molti altri tra i migliori contributori della MIT Sloan Management Review.

Sapevi che una dieta anti infiammatoria può' condurti ad una vita più' longeva ed in salute? L'infiammazione e' assolutamente importante nel corpo umano. E' una parte essenziale nel processo di guarigione. Il tuo corpo potrebbe sentire la necessità' di combattere l'infiammazione, ed ecco che arriva la dieta anti infiammazione. Questa dieta ricca di nutrienti esclude le carni lavorate ed i zuccheri raffinati, facendoti perdere peso più' in fretta di quanto sognassi. La dieta anti infiammatoria e' efficace contro le seguenti malattie: Diabete, obesità', cardiopatia, sindrome metabolica, psoriasi. La dieta può' ridurre il rischio di alcuni tumori, specialmente il tumore coloretale. Con i suggerimenti di Dieta Antinfiammatoria - La scienza ed arte della dieta Anti infiammatoria puoi raggiungere un nuovo livello del corpo e iniziare a perdere il grasso ostinato che hai sempre odiato. Un'allarmante statistica mostra che il 62% degli adulti americani e' obesa. E' ora di agire! Leggi ora questo libro e inizia a seguire la dieta che ti darà' risultati immediati. Cosa puoi imparare da questo libro? Tutti gli alimenti che puoi includere o escludere dalla dieta. Questo libro fornisce suggerimenti di esperti che ti aiutano a capire l'impatto che ha ogni alimento sul tuo corpo. Ricette gustose per costruire un piano alimentare bilanciato che fornisca al vostro corpo tutto cio' che e' necessario per vivere più' sani, energici, e più' forti giorno dopo giorno; saggezza preziosa che vi aiuta a costruire una mentalità' che vi permette di non rinunciare alla vostra dieta. Suggerimenti per una dieta a freddo: Avere sempre a disposizione snack come ad esempio noci e frutta in caso di fame. Oltre ad essere deliziosi questi snack, ti forniscono la giusta quantità' di nutrienti ed energia per farti andare avanti! E' possibile vivere una vita sana senza stressarsi per diete molto complicate. La dieta anti-infiammatoria può' essere deliziosa e divertente, ed è' ovviamente molto benefica per il tuo corpo. Leggendo La dieta Antinfiammatoria - la scienza e l'arte della dieta Anti infiammatoria avrai tutto l'aiuto necessario nel guidarci in questo viaggio. Ne vuoi sapere di più'? Scorri fino in alto alla pagina e clicca sul tasto Acquista. PUBLISHER: TEKTIME

Manuale ispirato all'esperienze di vita dell'autore e al suo percorso di sviluppo dell'individuo. E' una vera e propria guida che ti supporta di mese in mese verso il tuo miglioramento personale: finanziario, fisico e mentale. Comprende 1 ora di consulenza gratuita (in web conference) con l'autore...

Ormai alla sua quarta edizione, il libro di Mario Silvano ci fornisce un vero e proprio manuale per la formazione professionale nella vendita. Saper vendere significa soprattutto

saper essere positivi e motivati, orientati al cliente e inclini a stabilire con lui una relazione duratura di reciproco vantaggio. Dalla definizione della nuova fisionomia professionale del venditore come problem solver all'analisi delle più moderne tecniche di vendite, fino ai temi del comportamento e dell'autoformazione; dalle caratteristiche del profilo professionale del venditore consulente, ai principi per una negoziazione commerciale psicologicamente ben impostata, alla risoluzione dei problemi di comunicazione e di ascolto attivo, a come resistere allo stress, a come si calcola il quoziente emozionale fino alle più moderne tecniche di programmazione neurolinguistica e di analisi transazionale e al coaching come tecnica formativa.

Una sintesi completa ed in italiano del best-seller di Tony Robbins con gli insegnamenti principali e i consigli per metterti da subito in pratica. Si legge in 15 minuti (invece delle 7 ore necessarie per leggere il libro completo). Ideale per - guadagnare tempo - mettere in pratica i consigli di questo classico della crescita personale (uno dei più venduti di Tony Robbins) - memorizzarne i concetti-chiave (dopo averlo letto).

1060.238

561.336

INSTANT BOOK BRIEFS: INSTANT BOOKS BRIEFS sono riassunti online in formato Ebook, Cartaceo o Audio, che permettono, in modo rapido e istantaneo, di aggiornare e implementare le proprie conoscenze, ottimizzando il proprio tempo e aumentando la produttività e il tempo libero. Aumentare il volume di informazioni che assumiamo, filtrando solo ciò che è utile ed essenziale ai nostri fini e scartare così ciò che è ridondante e ripetuto. Ci permette di ridurre il tempo dedicato all'assimilazione ma aumentando esponenzialmente la mole di conoscenza in entrata. Efficacia e concisione che derivano dallo stesso significato del verbo to brief, riassumere. INSTANT BOOKS BRIEFS seleziona accuratamente, tra le migliaia di libri pubblicati ogni anno, solo i migliori Best Seller riconosciuti nella loro categoria di appartenenza, preparando per ognuno di questi testi un Book Brief: una presentazione dei contenuti, un sunto dei concetti chiave e delle principali idee e principi che lo compongono, uno strumento efficace e rapido di conoscenza selezionata della migliore qualità, per fare un balzo in avanti nella tua crescita personale. Ottimizzare il tempo, risparmiare centinaia di ore di lettura, aumentare la produttività, memorizzare nuove idee chiave. Questi sono solo alcuni dei benefici di Istant Book BRIEFS. SINOSSI: "Come Ottenere il Meglio da sé e dagli Altri" (1989) è una guida potente e utile per superare la paura, l'incertezza e i sentimenti di indegnità che possono affliggere la tua vita. Con alcuni esercizi mentali e fisici che aiutano a generare pensieri positivi e a migliorare il linguaggio del corpo, potrai raggiungere gli obiettivi di vita che ti interessano veramente. Questo è un riassunto delle parti più importanti del libro Unlimited Power di Anthony Robbins. La Programmazione Neuro-Linguistica o PNL è uno strumento molto potente per la comunicazione e questo libro presenta la PNL e altri concetti in modo chiaro e pratico. Durante la lettura del libro il lettore conosce una serie di importanti concetti teorici e la loro applicazione per una comunicazione più efficiente. Il libro è ricco di esempi per motivare il lettore a intraprendere il cammino verso l'eccellenza personale attraverso numerose tecniche ed esercizi. Buona lettura o buon ascolto. Ti piacerebbe farti ascoltare, catturare l'attenzione, guadagnare rispetto, rispondere alle obiezioni e trasformare un no in un sì? Pensi che sia possibile influenzare le persone, dirigere il loro pensiero e controllare il comportamento senza creare sospetto? È possibile, continua a leggere! Il libro che avrai tra le mani, è stato realizzato dietro un profondo studio degli aspetti chiave per influenzare le persone. La manipolazione è l'arte di cambiare l'atteggiamento e il comportamento delle persone, attraverso uno scambio di messaggi. A differenza di altre forme di persuasione, la manipolazione usa solo le parole e il linguaggio del corpo, per mettere l'interlocutore in uno specifico stato d'animo. La parola manipolazione può talvolta avere una fama negativa, sinonimo di corruzione, dovuto in particolare all'uso talvolta esagerato e poco etico che troviamo nella pubblicità o nella propaganda. La manipolazione è una tecnica che esiste da molti anni. Personaggi famosi e significativi nella storia dell'umanità sono stati estremamente consapevoli di questo potere e lo hanno applicato per scopi in cui, hanno coinvolto migliaia e persino milioni di persone. In questo libro scoprirai chi sono stati alcuni di questi personaggi e perché hanno avuto così tanto successo nelle loro imprese, nonostante hanno condotto le persone all'autodistruzione. Ecco cosa troverai: Studi scientifici, regole della manipolazione mentale e della neuroscienza. La manipolazione mentale dalle basi della psicoanalisi e della psicoterapia. Studi sul comportamento umano per sapere come imparare e modificare con tecniche pratiche. La differenza tra manipolazione e persuasione e come combinarle per ottenere risultati migliori. 3 casi di manipolazione mentale che vi aiuteranno a capire meglio i suoi principi. e molto, molto di più! Avere "un grande potere, esige una grande responsabilità", con questo voglio dire, che nelle tue mani avrai la conoscenza necessaria per usarla in maniera buona o chissà... "Non Tanto buona"! fanne un buon uso! Datti oggi la possibilità. Con questo libro puoi diventare un leader in tutti i settori della vita: Seduzione, familiare, sociale, professionale e persino portare l'apprendimento all'apice del successo. Non lasciare che gli altri prendano le decisioni per te, compra questo libro e impara a guidare la tua vita. Scorri verso l'alto e "Compra ora con 1 clic" Ottieni la tua copia adesso!

Come dimagrire e diventare sani con il potere dell'autodisciplina Quante volte avete provato a perdere peso o a mangiare più sano, ma vi siete ritrovati così frustrati da tornare alle vecchie, cattive abitudini? È la prima volta che provate, e gli amici e la famiglia vi dicono quanto sia difficile? E se vi dicessi che ci sono cose che possono renderlo più facile di quanto pensate? Quando siete a dieta, le tentazioni quotidiane prosciugano la determinazione e causano frustranti scivoloni. Diventate estremamente consapevoli di tutto ciò che non potete mangiare, e sembra che tutti gli altri stiano mangiando proprio quelle cose, lì davanti a voi. Nel frattempo, vi guardate allo specchio o vedete il numero che appare sulla bilancia e non riscontrate i risultati promessi dalle pubblicità. Alla fine, le tentazioni eliminano la vostra forza di volontà e il "magari solo questa volta" si trasforma in "che importa, tanto non ci riuscirò mai". Non passa molto tempo ed ecco che i pochi chili che avete perso sono ricomparsi, magari portando degli amici. Questo scenario è fin troppo

comune. Stare a dieta con l'autodisciplina vi fornisce i segreti per cambiarlo e interrompere il circolo vizioso: stare a dieta, frustrarsi, riprendere il peso, rimettersi a dieta... e così via. Vedrete risultati permanenti mangiando ciò che vi fa bene e sentendovi più soddisfatti, senza rinunciare completamente agli alimenti che amate. All'interno, imparerete: - come superare (o eliminare completamente!) gli ostacoli più comuni che possono creare o distruggere la dieta (come avere fame mentre si è a dieta), - quali abitudini quotidiane contribuiscono a creare battute d'arresto e come sostituirle con alternative migliori per pianificare uno stile di vita sano (una sola cattiva abitudine può aggiungere più di 500 calorie al giorno alla vostra dieta), - come affrontare le voglie e le tentazioni (incluso un trucco mentale morboso ma estremamente efficace), - come adorare i cibi sani quanto i cibi non sani... e anche di più (si tratta solo di apportare dei piccoli cambiamenti), - come aumentare il senso di sazietà per attenersi alla dieta (i cibi giusti possono essere fino a sette volte più sazianti), - e come mangiare sano può essere effettivamente più economico del mangiare fuori in un fast food a basso costo (può anche essere una tecnica per risparmiare). All'interno non troverete i trucchetti che così tante diete alla moda affermano essere il segreto per dimagrire. In realtà, non sono affatto trucchi. I suggerimenti all'interno sono strategie e strumenti scientificamente provati (e supportati) per ridurre il carico sulla forza di volontà e aiutarvi a raggiungere finalmente i vostri obiettivi di dimagrimento. Volete cambiare in meglio la vostra vita. Vi aiuterò a liberarvi di quei chili in più - e a tenerli lontani - spostando la vostra visione dalle frustrazioni a breve termine ai risultati a lungo termine, e alla salute per tutta la vita. Parole chiave: Sviluppare autodisciplina, sviluppa l'autodisciplina, come dimagrire, come perdere peso, autodisciplina e dieta, mettersi a dieta, dieta e auto-disciplina, forza di volontà per dimagrire, autocontrollo, perdere peso con la forza di volontà

239.215

564.116

109.22

[Copyright: 221afd4e5cfd424beda2cd75f97e3660](https://www.copyright.com/lookup.jsp?docID=221afd4e5cfd424beda2cd75f97e3660)