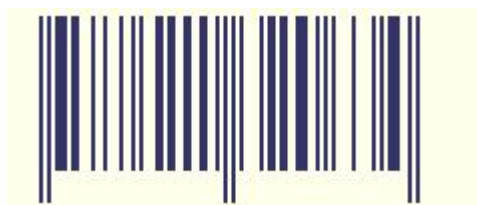


KARIN KUSCHIK



ENCUENTRA TU EQUILIBRIO
Y APRENDE A PONER LÍMITES

RBA



Karin, Kuschik

Karin Kuschik es una reconocida coach de liderazgo y comunicación con más de veinte años de experiencia. Su enfoque en la autogestión y la claridad personal la han convertido en una referencia en desarrollo profesional y emocional. Es un fenómeno internacional con más de 800.000 lectores, y sus obras se han publicado en 21 idiomas.

riverside
agency

50 frases que te cambiarán la vida

Autor: Karin, Kuschik

Desarrollo personal

RBA

ISBN: 978-84-11-32063-4 / Rústica / 304pp | 155 x 232 cm

Precio: \$ 45.000,00

UNA FRASE PUEDE CAMBIAR TU DÍA. CINCUENTA PUEDEN CAMBIAR TU VIDA. Este libro reúne 50 frases preparadas para ayudarte a detener el piloto automático, aclarar lo que sientes y responder con intención. Igual que otros métodos basados en pequeños pasos transformadores, aquí descubrirás que usar microdeclaraciones puede activar grandes cambios, mejorar tus relaciones y reforzar tu autoestima. Karin Kuschik, experta en comunicación, liderazgo y procesos de cambio personal, ofrece herramientas prácticas para aplicar en el trabajo, en casa o en cualquier momento en que necesites recuperar el control. En estas páginas encontrarás: Frases breves para comunicarte con más claridad y poner límites sin culpa. Recursos para manejar conflictos cotidianos y no tomarte las cosas como algo personal. Herramientas para fortalecer tu autoestima y tu autocontrol emocional. Ideas simples para transformar el diálogo interior y cortar inercias que te desgastan. PEQUEÑAS PALABRAS. GRANDES EFECTOS.

UNA FRASE PUEDE CAMBIAR TU DÍA.

CINCUENTA PUEDEN CAMBIAR TU VIDA.