

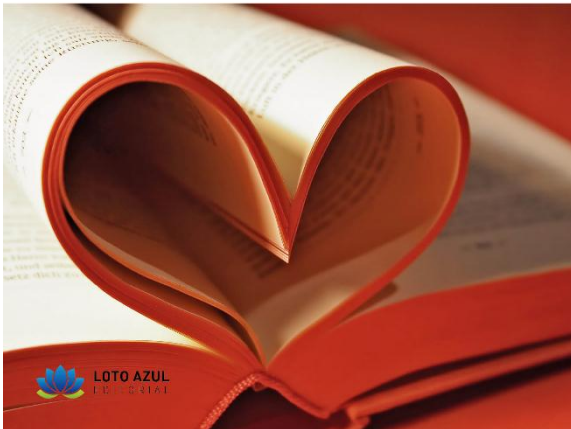
Conferencia y Presentación del Libro

“Manual Práctico de Autoestima”

Una sana autoestima constituye la característica personal más poderosa

Noelia Mendive

MANUAL PRÁCTICO DE AUTOESTIMA



con la que una persona puede hacerse. ¿Dónde encontrarla? En tu interior. ¿Cómo? Conociendo el verdadero significado de la autoestima, adentrándote en tu mente, cambiando el foco de atención, y extrapolando a la acción. Los resultados: quererte, valorarte, aumentar la seguridad y confianza en ti mism@, apostar por ti, disminuir tus miedos, mejorar tus relaciones, comunicarte de manera asertiva y, por supuesto, un gran acercamiento al bienestar y la plenitud. Un aprendizaje que únicamente tú has de recorrer. Y la mejor manera de hacerlo es a


través de la práctica. La teoría es fácil comprenderla, lo difícil reside en descubrir cómo aplicarla.

Noelia Mendive, psicóloga y escritora, te enseña cómo hacerlo. En esta charla podremos conocer las claves más importantes para desarrollar una sana autoestima.

Miércoles 13 de Junio de 2018 a las 19:30 en Surya

(Entrada libre hasta completar aforo)

www.noeliamendive.es

 [Psicóloga Noelia Mendive](#)