

¿Cómo Superar El Miedo Y La Ansiedad Social ? [Overcoming Shyness]

author: Ghandi Pinedo Reategui

2026-06

Synopsis

author	Ghandi	Pinedo
ReadBy	Nicolas Villanueva	
inLanguage	spanish	

¿Llevas tiempo intentando perder la timidez, pero no lo consigues? ¿Te impide hacer amigos? ¿Tienes pánico a ruborizarte? ¿Piensas que es una enfermedad sin solución? ¿Te lamentas por sufrir este problema? ¿Te bloquea cuando estás con alguien que te gusta? entonces lee hasta el final....

Exactamente lo que es ser atrapado por la timidez paralizante. Es lo que se siente que no entiendan tu introversión, que te juzguen como débil cuando no lo eres. Porque posees una fuerza interior. Tº sabes que no hay nada malo en ti, a pesar de que en momentos de soledad tienes pensamientos negativos. Durante mucho tiempo yo busqué algún material que me permitiera entender mi carácter, mi personalidad y mis propias habilidades. Y después de haber pasado del tipo que no abre la boca a alguien que irradia confianza, estoy aquí- para mostrarte cómo brillar.

Superando la Timidez muestra un enfoque único para superar la dolorosa incomodidad de la timidez. Lleno de técnicas alcanzables y eficientes para comenzar de inmediato, su audacia crecerá con cada página.

¿Te parece increíble?

Espera a que accedas al contenido, te sorprenderá porque podrás conocer:

- La mentalidad que lo alentará a vencer la timidez.
- Las creencias que debes vencer para dar pasos efectivos para establecer vínculos de amistad.
- Estrategias exitosas de otros que han superado sus hábitos restrictivos.
- Las claves efectivas para controlar la ansiedad y vencerla paso a paso.
- Ejercicios poderosos que te ayudaran a trabajar el aspecto social de tu vida.
- Cómo eliminar el falso pensamiento de la sociedad sobre el miedo (y que hunde a tanta gente).
- Entre muchas otras cosas determinantes para tu desarrollo personal.

¡Dale clic a 'agregar a canasta' y consigue tu copia ya!

Please note: This audiobook is in Spanish.

Reader's comments

comment 1:

â€"â€" ()