

ENTRENA TU MIRADA



Como a todas las personas o casi todas nos cuesta mirar a los ojos a desconocidos. Para entrenar esa mirada te sugiero el siguiente sencillo ejercicio.

Visualiza este vídeo "**Video for practicing eye contact**". En Youtube encontrarás decenas de vídeos con los que practicar el contacto visual con diferentes personas y en diferentes situaciones. Practica el increíble poder que tiene la oculésica en tu día a día y cuéntame si te ha resultado útil entrenar la mirada.