



# 5 cosas que ganas cuando pierdes el miedo a volar

## 1. Más autoestima

El 67% de las personas con miedo a volar reconoce que el temor impacta en su autoestima y se repiten con frecuencia "yo no puedo".



## 2. Mejor relación de pareja

El 17% de las personas con miedo a volar confesaron cómo la imposibilidad de subirse a un avión o el stress que les genera, si viajan a pesar del miedo, repercute en su vínculo con su compañero/a.



## 3. Más posibilidades de ascender en la carrera profesional

Miles de personas se han visto limitadas en su ascenso profesional debido a que la nueva posición incluía viajes en avión.



## 4. Disfrutar más de los viajes

Es muy común en personas con temor a volar tener la idea "fija" del avión y no poder planificar correctamente los viajes.

Incluso, muchos relatan que el día anterior al regreso ya no pueden pensar en otra cosa.



## 5. Cambio de actitud frente a otros miedos

Aprender a enfrentar el miedo a volar proporciona herramientas que pueden utilizarse en otras situaciones que nos generan ansiedad.



Curso: [www.avolarsinmiedo.com](http://www.avolarsinmiedo.com)  
Blog: [www.miedoalosalaviones.com](http://www.miedoalosalaviones.com)

