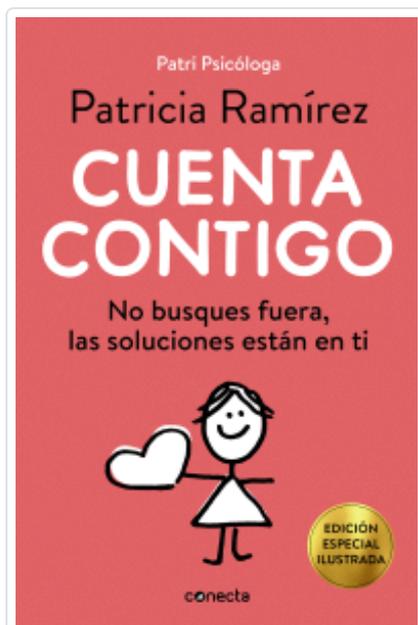


CUENTA CONTIGO (EDICION ESPECIAL ILUSTRADA)



RAMIREZ, PATRICIA

SINOPSIS

+En qué medida el éxito personal, profesional y deportivo depende de nosotros? +Son los demás los que nos boicotean, estresan e impiden que alcancemos nuestros sueños? En Cuenta contigo Patricia Ramírez nos propone empezar a trabajar desde el propio interior para lograr nuestros propósitos. Si para hacer ejercicio necesitamos la compañía de un amigo, si para ser titular en un equipo solo dependemos de la decisión del entrenador, o si para mejorar en inglés esperamos que sea la empresa la que se encargue de formarnos, tal vez nunca alcancemos nuestros propósitos. +Por qué? Porque que el éxito dependa de lo que los demás hagan por nosotros es cómodo pero poco eficaz. Patricia Ramírez nos propone que aprendamos a responsabilizarnos de nuestros objetivos, emociones y pensamientos; en definitiva, de las cosas que nos ocurren en la vida. Y nos ofrece herramientas prácticas, como la sorprendente terapia del caballo-secretaria o la de Teresa de Calcuta. Veinte propuestas para enseñarnos a tomar las riendas y descubrir que las soluciones a los problemas están mucho más cerca de lo que pensábamos: en nuestro propio interior. ½Transitamos temporalmente portando un equipaje cargado de creencias e ideas no siempre idóneas para afrontar el viaje de la vida. En esta obra, Patricia Ramírez nos da claves para replantear y preguntar si aquello que nos acompaña en nuestro trayecto vital es lo más acertado o no. Obra clara, directa y tremendamente inspiradora+. ANDONI LUIS ADURIZ, chef del restaurante Mugaritz ½Patricia transmite de manera fácil lo difícil, aporta soluciones a los problemas, y lo mejor es que lo hace con tanta naturalidad que te engancha desde el primer momento. ¡Sin duda se ha convertido en un referente en nuestro deporte!+. ALEX CORRETJA, extenista ½Nadie como Patricia Ramírez para ayudarte a que des la mejor versión de ti mism@. Con sus "momentos libreta" entrenarás con Patri como si fueras un/a deportista de alta competición... en tu propia vida. Vive el presente (no temerariamente) y haz posible el futuro que quieres.+ JUAN CAR...

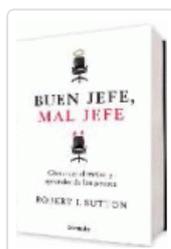


Editorial	CONECTA
Materia	PSICOLOGIA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788417992514
Status	Disponible
Páginas	264
Tamaño	159xx24 mm.
Peso	470
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	03/01/2022

Títulos relacionados



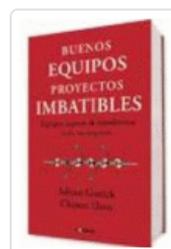
ESTRATEGIA DEL PINGUINO, LA
NÚÑEZ, ANTONIO



BUEN JEFE, MAL JEFE
SUTTON, ROBERT



CONSIGA EL TRABAJO QUE EN VERDAD DESEA
CAAN, JAMES



BUENOS EQUIPOS PROYECTOS IMBATIBLES
GOSTICK, ADRIAN/CHESTER, ELTON