

REVOLUCIONARIO EFECTO DE CONFIAR EN TI, EL



Zahrai, Shade

SINOPSIS

Rompe el ciclo de la indecisión y la inseguridad con el método que está transformando vidas y carreras en todo el mundo. La inseguridad es una fuerza silenciosa que socava tu potencial, erosiona tu confianza y te mantiene atrapado en un bucle de dudas. Aunque es imposible eliminarla de un día para otro de tu sistema, sí puedes reprogramarla y dejar de vivir gobernado por ella. Basándose en investigaciones de vanguardia, en más de una década de trabajo con empresas Fortune 500 y en su experiencia formando a millones de profesionales en todo el mundo, la Dra. Shadé Zahrai sostiene que, para forjar una autoconfianza inquebrantable, es necesario entrenar cuatro atributos: la aceptación, la actuación, la autonomía y la adaptabilidad. Para ello, propone adoptar una serie de hábitos que fortalecen estos atributos y que, con el tiempo, te permitirán tomar las riendas de tu vida y prosperar en todos los ámbitos. Mediante cuestionarios de autodiagnóstico y ejercicios prácticos, aprenderás a: Sobrescribir las creencias que te frenan. Liberarte de la necesidad constante de complacer a los demás y del perfeccionismo. Dejar de compararte con los demás y superar el síndrome del impostor. Ampliar tu zona de confort y recuperar tu poder sin agotarte en el intento. Canalizar las emociones hacia la claridad y la convicción. Tanto si tiendes a dudar ante la toma de decisiones, como si sobrepensas en momentos de alta presión, o te sientes estancado a pesar de saber que eres capaz de más, este libro te brindará las pautas necesarias para conseguir resultados poderosos y duraderos. «Este libro cambiará la manera en que te lideras a ti mismo y a los demás». -Sahil Bloom, autor best seller de Los 5 tipos de riqueza...



Editorial	URANO
Materia	[VS] AUTOAYUDA, DESARROLLO PERSONAL Y CONSEJOS PRÁCTICOS
EAN	9791387662394
Status	Disponible
Páginas	384
Tamaño	230x150x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,50€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	19/05/2026