

15 MIRADAS al DESARROLLO PERSONAL

Rafael Román, Isabel Plà, Flavia Baldasseroni,
Nhora Cárdenas, María Eugenia de Lara Rangel,
Mar Sánchez, Mariana Teresita Copoború, Linda Monroy,
Rosa Codoñer, Ana María Udina, Emi Negre,
Marti Torres, Nuria García, Roberto Pizarro
y Libia Montoya
Prólogo de Roger Domingo

QUINCE FORMAS
DIFERENTES
DE AFRONTAR
EL DESARROLLO
PERSONAL CON UN
OBJETIVO COMÚN:
LA SUPERACIÓN



15 miradas al desarrollo personal

Quince formas diferentes de afrontar el Desarrollo Personal con un objetivo común: la superación

15 miradas al desarrollo personal es un ensayo basado en historias reales que ayudará al lector a tener una visión más positiva frente a las adversidades que se le presentan en su día a día. Nos ofrece la posibilidad de detenernos a reflexionar y conectar con una inquietud vital, siendo además una guía y fuente de inspiración atemporal. Un libro único que ofrece diversas opciones para descubrir o redescubrir los intereses de forma individual y dar pleno sentido a sus vidas. Acompañamos a personas que desean explorar nuevas acciones conscientes, desarrollar una mentalidad poderosa y transformar sus vidas, adentrándose en el camino que conduce a la salud, al bienestar y la felicidad. Con un deseo y propósito común: la superación.

Cada mirada, con voz propia, interpreta diversos aspectos del desarrollo personal con estrategias y herramientas sencillas para afrontar la adversidad. Muestra su sentido desde ámbitos como: la salud, la alimentación consciente, el ejercicio físico, el trabajo en equipo, la filosofía, el arte y el autoconocimiento. Estas 15 miradas, descansan, en conceptos imprescindibles como el éxito, el fracaso, el sacrificio, el dolor, el autocuidado o la reconstrucción de uno mismo, lo que supone una gestión adecuada de nuestras emociones y pensamientos.

SOLAPA:

15 miradas al desarrollo personal es la cuarta entrega de la exitosa colección que la editorial Arcopress comenzó en 2021. Una vez más, quince coautores se unen para compartir su punto de vista sobre un tema de actualidad. Sus predecesores descifraron la soledad, descubrieron las luces y sombras del amor y profundizaron sobre el concepto de libertad. Ahora es el turno de poner en relieve la importancia de cuestionarnos nuestra mentalidad y de mejorar la actitud con la que afrontamos la vida. Nuevamente quince miradas únicas procedentes de diferentes países del mundo y regiones de España con diferentes profesiones se unen para dar una visión integral al desarrollo personal. Rafael Román, Isabel Plà, Flavia Baldasseroni, Nhora Cárdenas, María Eugenia de Lara Rangel, Mar Sánchez, Mariana Teresita Copoború, Linda Monroy, Rosa Codoñer, Ana María Udina Buxó, Emi Negre, Marti Torres, Nuria García, Roberto Pizarro y Libia Montoya. Escritores con experiencia en el crecimiento personal y en empresa que ayudarán al lector de este libro a dar el salto para conocerse y ser capaces de enfrentarse a distintas situaciones que depara la vida desde el propio «yo» bajo la gestión emocional, habilidades sociales, filosofía y autoestima.

»

Desarrollo personal • Arcopress



Thema: VSPM
978-84-11310-26-0
208 páginas
Rústica con solapas
15 x 24 x 1.1 cm · 337 g
PVP: 17.95 €