



El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal

Quim Vilargunter

[Download now](#)

[Read Online ➔](#)

El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal

Quim Vilargunter

El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal Quim Vilargunter

A lo largo de nuestras vidas hemos desarrollado aspectos de nuestra personalidad que nos impiden crecer y dar lo mejor de nosotros mismos. Sabemos que nos gustaría cambiar, pero...

¿Cuántas veces hemos empezado un cambio, para abandonar poco después? ¿En cuántas ocasiones nos hemos quedado atrapados en un ciclo interminable de intentos y decepciones? ¿Por qué muchas veces ese cambio se ha convertido en un proceso lleno de presión, urgencia y frustración? ¿Y por qué, finalmente, hemos acabado enfadados con nosotros mismos, convencidos de que no tenemos remedio?

El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal te ayudará a...

- Conocer un concepto claro, amable, práctico y realista del cambio personal.
- Librarte de los hábitos saboteadores, los bloqueos y los miedos que te impiden crecer y dar lo mejor de ti mismo.
- Saber lo que NO debes hacer para conseguir el cambio. Entenderás de una vez por qué fracasaste en el pasado.
- Desarrollar tu personalidad desde la comprensión contigo mismo, a través de un aprendizaje amable y progresivo.
- Afrontar el cambio sin impaciencia, urgencia ni presión, para poder disfrutar del proceso.
- Cambiar tus hábitos emocionales a través de tres pasos explicados detalladamente.
- Practicar el cambio de forma inteligente, para que éste acabe formando parte de tí en lugar de desvanecerse.

El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal Details

Date : Published January 1st 2016

ISBN :

Author : Quim Vilargunter

Format : Kindle Edition 86 pages

Genre :



[Download El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento ...pdf](#)



[Read Online El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento ...pdf](#)

**Download and Read Free Online El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal
Quim Vilargunter**

From Reader Review El Cambio Real: Una guía práctica para el Crecimiento Personal for online ebook

Maria R. says

Un libro estupendo. Directo, sencillo y efectivo. No tiene nada de paja que es le problema que le veo a otros libros de desarrollo, se lo recomiendo a todo el mundo que quiera mejorar.
