



Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito

Steve Allen

[Download now](#)

[Read Online](#) 

Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito

Steve Allen

Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito Steve Allen

¿Alguna vez has tenido que realizar una tarea y has perdido el tiempo literalmente hasta el último minuto?

¿Cuánto tiempo lo pasas en actividades que no te conducen hacia el logro de tus metas?

Pasas horas mirando videos en YouTube, hasta que finalmente te das cuenta que el plazo se acerca y comienzas a entrar en pánico. Encuentras algo de motivación para tomar medidas, pero no es tan fácil. Aún puedes posponer las cosas un poco más, y la única diferencia es que ahora estás un poco más estresado. Llega un momento en que encuentras la fuerza suficiente para comenzar y terminar la tarea logrando un buen resultado, pero este ciclo desafortunado volverá a comenzar la próxima vez que recibas una tarea.

Si puedes identificarte con esta historia, eres un procrastinador, pero no es tu culpa. Este libro está pensado para entregarte el poder de cambiar. Te ayudaré a comprender las razones psicológicas de por qué posponemos las cosas y te revelaré poderosas técnicas comprobadas que te ayudarán a superar tus actuales hábitos de procrastinación por el resto de tu vida.

Este libro contiene pasos probados para eliminar la programación de los malos hábitos de tu cerebro y para crear pequeños y poderosos cambios en tu vida.

Con sólo observar el comportamiento y la forma de pensar de una persona es fácil predecir cuál será su futuro. Este es el poder de los hábitos.

Aunque los hábitos nos simplifican la vida, a veces pueden ser un obstáculo para que alcancemos nuestros objetivos, y como aparentemente es más sencillo continuar con nuestros malos hábitos, estos se convierten en un ancla que estanca nuestro progreso. Sin embargo, los hábitos no son imposibles de cambiar. De la misma forma en que hemos adoptado malos hábitos, también podemos adoptar nuevos hábitos positivos para reemplazarlos. Sólo debemos asegurarnos de elegir los hábitos correctos.

Tu comportamiento actual, tu éxito, y los objetivos que alcanzas y que no puedes alcanzar se deben a los hábitos que están programados en tu cerebro en este momento. Este libro te permitirá romper las cadenas que impiden tu máximo desarrollo. Espero que lo disfrutes.

Al terminar de leer este libro contarás con una de las llaves para lograr la superación personal

Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito Details

Date : Published September 18th 2016

ISBN :

Author : Steve Allen

Format : Kindle Edition 142 pages

Genre :

 [Download Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de p ...pdf](#)

 [Read Online Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de ...pdf](#)

Download and Read Free Online Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito Steve Allen

From Reader Review Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito for online ebook

Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Superación Personal: Cómo vencer el miedo, dejar de procrastinar y convertirse en una persona de acción: Método práctico para conseguir autodisciplina y cambiar cualquier hábito Steve Allen books to read online.