

CONCENTRACION



PONCE, JEAN-YVES

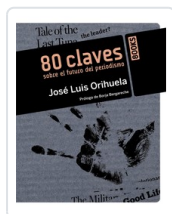
SINOPSIS

¡Protege tu cerebro! ¿Sabías que tu capacidad de concentración está directamente relacionada con tu propia realización personal? Dicho en otras palabras: concentración = felicidad. Descubre en este libro técnicas fáciles de llevar a la práctica y que te permitirán: * Mejorar tus capacidades de seguir concentrado en tareas difíciles. * Proteger tu cerebro del estrés de trabajar en el último momento. * Aumentar tu eficacia en tu día a día, tanto en la vida profesional como en la universidad. * Facilitar enormemente tu gestión del tiempo en jornadas muy cargadas. * Conseguir ganar un montón de tiempo en organización. * Hacer que duren mucho más tus períodos de productividad y creación. ...



Editorial	OBERON
Materia	AUTOAYUDA Y DESARROLLO PERSONAL
Colección	OBERON
EAN	9788441544390
Status	Disponible
Páginas	200
Tamaño	150x230x18 mm.
Peso	440
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Fecha de lanzamiento	12/07/2021

Títulos relacionados



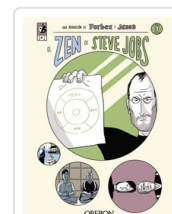
80 CLAVES SOBRE
EL FUTURO DEL
PERIODISMO
JOSE LUIS ORIHUELA



DIEZ AÑOS EN
GRAN HERMANO.
DIARIO DE UNA
GUIONISTA
GILDA SANTANA



2012. LOS
ENIGMAS DEL
APOCALIPSIS
MAYA
JAVIER PEREZ
CAMPOS



ZEN DE STEVE
JOBS
FORBES