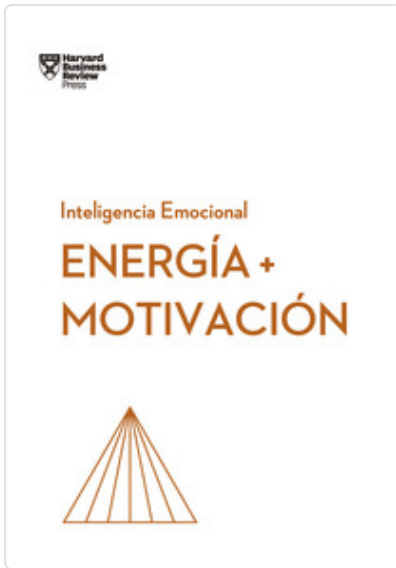


ENERGIA Y MOTIVACION. INTELIGENCIA EMOCIONAL



HARVARD BUSINESS REVIEW

SINOPSIS

Cuando la procrastinación llame a tu puerta, no cedas. Unos días estás superactivo en el trabajo y otros estás agotado y te distraes con mucha facilidad. ¿Cómo puedes conservar tu dinamismo, avanzar de forma constante y emplear tu energía con sabiduría? Este libro explora cómo gestionar tu energía de forma productiva y aumentar tu motivación incluso cuando ambas decaen. Gracias a las últimas investigaciones psicológicas y a los consejos prácticos de los principales expertos, aprenderás a tomar decisiones sobre cómo utilizas tu energía y a qué y a quién se la das, incluir descansos y oportunidades para recargarte, construir una barrera para protegerte de quienes te desgastan la energía y te desmotivan, y a recuperarte incluso cuando tengas un día malo. ...



Editorial	REVERTE (M)
Materia	PSICOLOGIA: EMOCIONES
Colección	REVERTE
EAN	9788417963712
Status	Disponible
Páginas	176
Tamaño	12x18x11 mm.
Peso	207
Precio (Imp. inc.)	9,95€
Fecha de lanzamiento	01/03/2023

Títulos relacionados

	<p>ESTUCHE "DIARIO PARA ESTOICOS" + AGENDA (ED. LIMITADA) HOLIDAY, RYAN / HANSELMAN, STEPHEN</p>		<p>AGENDA DE DIARIO PARA ESTOICOS (ED. LIMITADA) HOLIDAY, RYAN / HANSELMAN, STEPHEN</p>		<p>SALUD MENTAL EN EL TRABAJO ROUTLEDGE, JAMES</p>		<p>HABLA CON SEGURIDAD GOLD, NICK</p>
--	---	--	--	--	---	--	--