



harvard business review

Estuche 'Bienestar'. Serie Inteligencia Emocional HBR

Mindfulness. Resiliencia. Felicidad

Cuando una situación negativa te sobrevenga, debes recurrir a las fortalezas y capacidades positivas de tu capital psicológico, como la resiliencia, el optimismo y el control personal. Gracias a una buena gestión de tus emociones, conseguirás relativizar los problemas, ser consciente de la realidad que te rodea y centrarte en el aquí y ahora.

Este estuche, de cuidado diseño, recopila en un único pack un ejemplar de tres de los títulos de la exitosa serie Inteligencia Emocional HBR (Mindfulness, Resiliencia y Felicidad).

A partir del relato de reconocidos investigadores de la Harvard Business Review, cada libro nos ofrece las claves para mejorar nuestro bienestar y nos demuestra cómo las emociones nos afectan en nuestra vida. En sus páginas encontraremos consejos prácticos para gestionar personas y situaciones difíciles y ensayos inspiradores para ayudarnos a conseguir nuestro bienestar emocional.



Editorial	Reverté
Encadernación	Estuche, pack o kit
Páginas	486
Tamaño	130x190x mm.
Peso	557
Idioma	Español
Tema	Economía, empresa y derecho
EAN	9788494562907
PVP	29,85 €
PVP sen IVE	28,70 €



9788494562907