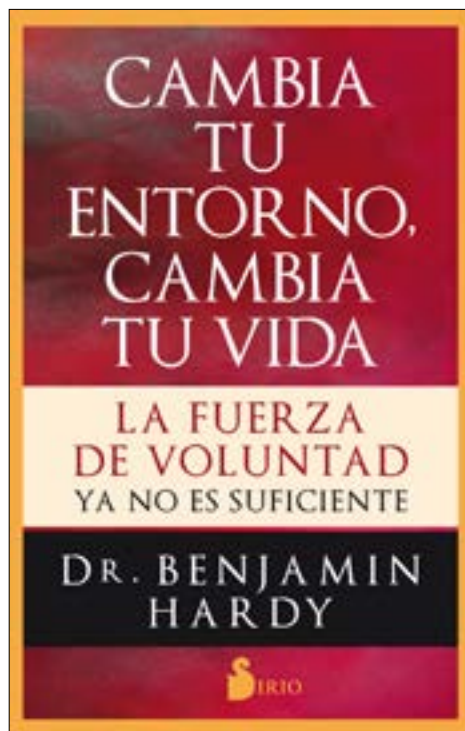


LA FUERZA DE VOLUNTAD NO FUNCIONA, HAZ QUE EL ENTORNO TRABAJE A TU FAVOR
PARA GENERAR CAMBIO Y LOGRAR TUS OBJETIVOS.



El autor

Benjamín Hardy es autor, empresario y orador, y en poco tiempo ha cosechado éxito en las tres categorías. Seguido por millones de personas, su nombre aparece en publicaciones como *Forbes*, *Fortune*, *Psychology Today*, *CNBC*, *Cheddar*, *Big Think*, o *iHeart Media*. Su lista de seguidores en *Medium.com* aumentó en casi 1/2 millón en menos de 3 años sin invertir en publicidad. *Cambia tu entorno, cambia tu vida* (cuyo título original es *Willpower doesn't Work*) es ya un bestseller. Actualmente, además de escribir, Benjamin sigue desarrollando su proyecto AMP (Accelerated Momentum Program), un programa de 12 meses que ya cuenta con miles de estudiantes y se está convirtiendo rápidamente, y a nivel mundial, en uno de los mejores programas de motivación y establecimiento de objetivos.



Título: *Cambia tu entorno, cambia tu vida*.

Autora: Benjamin Hardy

P. sin IVA: 12,45 €

Tamaño: 13,5 x 21 cm

IBIC (Materia): VSPM

Encuadernación: Rústica

ISBN: 9788417399542

PVP: 12,95 €

Nº págs: 306

BISAC: SEL027000

Categoría: A

CLAVES DE VENTA

- ✓ La base innovadora de la obra es cómo el impacto del entorno influye en el cambio de hábitos. Ejemplo: si tu amiga se está divorciando, es difícil que mejores tu crisis de pareja; si en casa todos fuman será difícil dejarlo; si tiene el móvil en el cabecero, probablemente acabarás mirando tus redes antes de dormir
- ✓ La desmitificación de la fuerza de voluntad como único motor de cambio, al igual que la autoexigencia y el autocontrol, es una tendencia.
- ✓ Edición original por Hachette Book Group.



TAGS

PRODUCTIVIDAD// CREATIVIDAD// AUTOAYUDA,
RENDIMIENTO// ÉXITO// COACHING//
DESARROLLO PERSONA// GESTIÓN DEL TIEMPO//
LOGROS// CAMBIO.

Sinopsis

Creemos que la fuerza de voluntad es la única forma de alcanzar nuestras metas, pero... ¿y si esta idea fuese errónea? Benjamin Hardy explica que la sobrevaloración de la fuerza de voluntad es una creencia peligrosa y está abocada al fracaso. En un mundo rápido, cambiante y confuso, resulta difícil mantener por mucho tiempo nuestros objetivos y conservar firmemente nuestra fuerza de voluntad. Más aún si el entorno está en conflicto con nuestras metas; de hecho, lo más probable es que el entorno acabe por imponerse. Para lograr tus objetivos debes crear un entorno favorable. Este libro te enseña cómo.

Cambia tu entorno, cambia tu vida es una obra imprescindible para este mundo hiperestimulante en el que vivimos, con ella aprenderás a:

- Tomar decisiones importantes y que el contexto te sea favorable.
- Crear tu propio espacio sagrado para vivir una vida con propósito sin dejarte influir por una cultura superflua.
- Invertir en ti mismo para mejorar tu entorno y tu actitud.
- Introducir las denominadas «funciones de forzamiento», o conductas autoimpuestas, para que tu comportamiento sea exactamente el que deseas, sin apenas esfuerzo.
- Situarte en ambientes positivos y aprender rápidamente de las habilidades y conocimientos de otros triunfadores.
- Crear un hábitat donde la creatividad y la productividad ilimitada sean la norma.

Crea y controla tu entorno para que este no te controle a ti

Libros relacionados:

