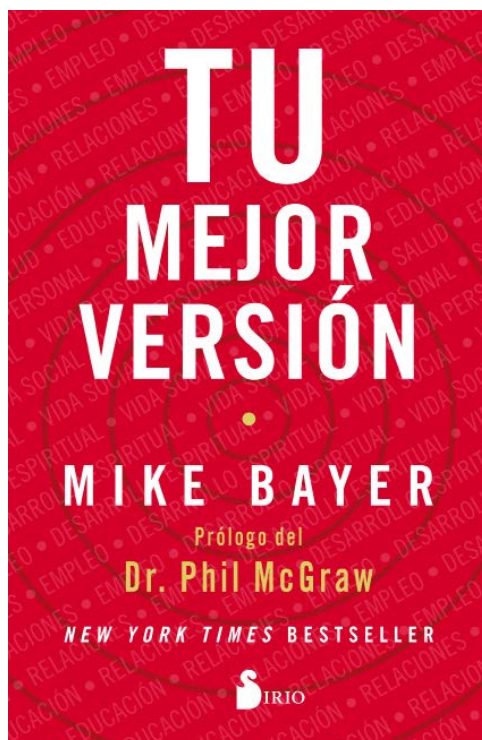


SÉ TÚ MISMO, SOLO QUE MEJOR... POR EL *COACH* DE LAS ESTRELLAS.



El autor

Mike Bayer, conocido como *Coach Mike*, es el fundador y director ejecutivo de los Centros CAST, la clínica por excelencia donde acuden los artistas, atletas, ejecutivos y cualquiera que quiera vivir de una manera más auténtica, con éxito y feliz. Bayer es un coach de desarrollo personal y de vida, cuya misión es ayudar a las personas a lograr una salud mental sólida, para llegar a ser su *Mejor Versión*. Mike es el creador de la Fundación CAST, que se encarga de promover cambios culturales y sociales que sirvan para eliminar el estigma de las enfermedades mentales. Asimismo es miembro de la junta de asesoría de Doctor Phil McGraw y participa frecuentemente en el programa Dr. Phil Show, como *Coach Mike*.



Título: *Tu mejor versión.*

Autor: Mike Bayer

P. sin IVA: 15,34 €

Tamaño: 15 x 23 cm

IBIC (Materia): VSPM

Encuadernación: Rústica

ISBN: 9788418000058

PVP: 15,95 €

Nº págs: 360 páginas

BISAC: SEL027000

Categoría: A

CLAVES DE VENTA

- ✓ Entre los más vendidos de Amazon en: #7 en *Enfermedad Mental*, #17 en *Patologías Psicológicas* y #20 en *Amor y Romance*.
- ✓ Conocido *coach* de *celebrities* como Jennifer Lopez y Demi Lobato.
- ✓ *New York Times* **bestseller**.
- ✓ Más de 50.000 **seguidores** en Facebook, 1 millón 74 mil suscriptores en su canal de Youtube, más de 62.000 seguidores en Instagram .

TAGS

AUTOAYUDA // DESARROLLO PERSONAL
CRECIMIENTO // ÉXITO // BIENESTAR // BESTSELLER
COACHING // TERAPEUTA // COACH.



Sinopsis

¿Eres realmente quién quieres ser? ¿Es esta la vida que realmente quieres? ¿Vives cada día como tu mejor versión? ¿Qué puedes cambiar hoy? Piensa en tu vida diaria y pregúntate si estás sacando provecho a tu existencia o solo pasando de puntillas por ella; si tu trabajo, relaciones y aficiones van en línea con tu autenticidad o realmente estás atrapado en un laberinto de responsabilidades vacías. Mike Bayer ha ayudado a miles de personas (desde estrellas del pop y ejecutivos, hasta personas anónimas) a descubrir la libertad de ser *La mejor versión* de sí mismos. Lo hace de forma directa mediante la formulación de preguntas esenciales como: ¿cuáles son tus valores fundamentales?, ¿te acuestas cada día sabiendo más que cuando te despertaste? o ¿estás descuidando algún aspecto de tu salud física por miedo o negación? Como especialista en salud mental, desarrollo personal y agente de cambio integral, Mike ha visto asombrosas historias de transformación en que las vidas de las personas pueden mejorar con honestidad y claridad. Mike entiende realmente nuestras luchas internas, porque él mismo ha enfrentado y superado las suyas... Y sabe que el cambio es posible. Lleno de cuestionarios reveladores y exámenes provocativos, este libro te capacitará para abrazar tu autenticidad, reconocer tus frenos y abrirte paso para vivir una vida apasionada al máximo y para siempre.

Libros relacionados:

