Resiliência

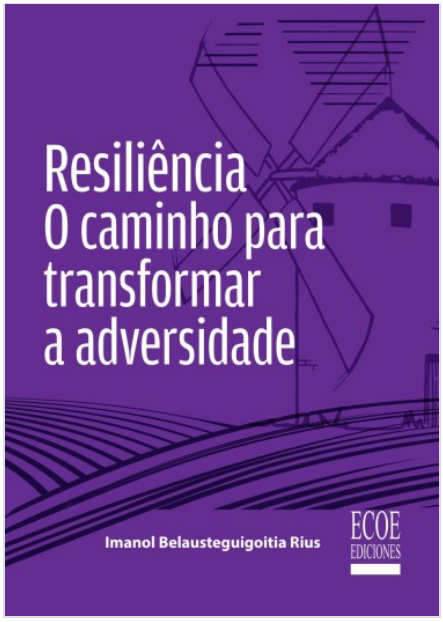
O caminho para transformar a adversidade

Autor

Imanol Belausteguigoitia Rius

Sinopsis

El libro que usted tiene en sus manos es una herramienta esencial que le permitirá identificar, desarrollar e implementar una amplia gama de recursos para superar la adversidad cuando surjan en su vida y amenacen su bienestar. Desarrollado para estudiantes, profesionales, empresarios, familias e individuos que enfrentan situaciones adversas, este texto presenta una variedad de investigaciones, modelos, reflexiones y casos elaborados por el autor.La primera parte, Adversidad, demuestra la necesidad fundamental de entender que en ausencia de adversidad la misma no crece, y es necesario enfrentarla para alcanzar el desarrollo. La segunda parte, Resiliencia, ofrece los recursos que las personas necesitan para superar esas adversidades.Destinado principalmente a estudiantes de diversas disciplinas y niveles educativos, profesionales de todas las áreas y público en general, especialmente a quienes han sufrido golpes de adversidad y requieren elementos para afrontarla exitosamente.Incluye resultados de investigación sobre el manejo de la adversidad y la obtención de resiliencia, modelos originales que explican claramente los recursos que deben ponerse en práctica para superar situaciones adversas, relatos, parábolas e inspiraciones para enfrentar retos con actitud y mentalidad positiva, y un glosario de términos especializados.



Impreso

Año de publicación: 2024

Presentación: Libro de tacto blando (Libro)

Tamaño: 24 x 17 cm

Número absoluto de páginas: 206 Páginas

ISBN13: 9789585086715

$81.000 COP

E-Book

Año de publicación: 2024

Presentación: PDF (Digital: online)

Tamaño: 18.81 Megabytes (MB)

Número absoluto de páginas: 206 Páginas

ISBN13: 9789585038905

$71.000 COP

IB

Sobre el autor

Imanol Belausteguigoitia Rius

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen



Palabras clave

Resiliencia; Adversidad; Desarrollo personal; Afrontamiento; Recursos personales; Bienestar; Superación; Modelos psicológicos

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen