



Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition)

Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón

Download now

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition)

Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón

Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón

¿Cómo cuidarse en una vida tan sobrecargada?

Beth no atraviesa por su mejor momento. Con dos hijos pequeños que absorben la mayor parte de su tiempo libre, un marido que vive volcado en su profesión y un trabajo por el que hace tiempo ha perdido la ilusión, se ha abandonado a sí misma, ha dejado de lado a sus viejas amistades, y ya no brilla con la luz de antaño. En busca de su felicidad, un vibrante proceso le retardará a vivir una brutal transformación personal y profesional, a reencontrarse consigo misma y a recuperar su yo más genuino y aventurero. ¿Lo logrará?

Un ensayo de crecimiento personal inspirador

CRÍTICAS

«Si estás en un momento de cambio, no lo dudes, este es el libro que necesitas leer. Y no solo porque está escrito por tres mujeres muy valientes e inspiradoras, sino porque leyéndolo vas a mantener conversaciones muy interesantes contigo mismo, cuestionando tus limitaciones y reconectando con el potencial que se encuentra en tu interior.» - **Borja Vilaseca, Periodista de *El País* y Director del máster en Desarrollo Personal y Liderazgo de la UB**

«Una vida secuestrada por la normalidad recupera el pulso entre estas páginas, escritas desde la convicción de que el mundo que nos rodea no puede cambiar si nosotros seguimos siendo los mismos. Una excelente novela en la que el coaching alienta sin piedad la voluntad de cambio de la protagonista. ¡Enhorabuena!» - **Clark Friedrichs, Director de Formación y Desarrollo, The Coaches Training Institute (CTI)**

SOBRE LOS AUTORES

Licenciada en Publicidad y Relaciones Públicas por la Universidad del País Vasco, **Eider Madariaga** ha desarrollado su carrera profesional en el ámbito del periodismo y cuenta con un máster en Dirección de Comunicación y un posgrado de Comunicación Empresarial por la Universitat Pompeu i Fabra. Actualmente divide su tiempo como responsable de Comunicación de Recursos Humanos de SEAT y como colaboradora freelance en medios de moda. Y es precisamente en su rincón más personal, el blog de moda que tiene en la revista Woman, donde cuenta todo aquello que le inspira.

Ana Guiu, licenciada en Económicas, y **Ainhoa Berganza**, licenciada en Psicología, son perfiles complementarios con formación adicional muy alineada, tanto en el ámbito de recursos humanos como en coaching y crecimiento personal. Cuentan ambas con experiencia profesional en el ámbito de la formación en habilidades directivas y el coaching, individual y de equipos, y desarrollan su actividad en empresas y universidades. Han desarrollado su carrera en varias empresas privadas y firmas de consultoría de ámbito nacional e internacional, participando en proyectos de diversa índole: talleres de formación, team building, planes de carrera, Feedback 360º, entre otros, para clientes como ESADE, Roca, Grifols, Universitat Pompeu i Fabra y UB.

EXTRACTO

Me calzo las zapatillas y camino de puntillas por el pasillo en dirección a la cocina a medida que me abrocho la bata. No quiero despertar a Jordi y a los niños. Es el único momento del día en que puedo disfrutar de un poco de paz. Necesito este rato de silencio para despejar mi mente, mientras me apresuro a preparar los desayunos y mochilas de Laia y Marc, como cada mañana.

Todavía medio adormilada, termino de colocar los tazones con cereales, los zumos de naranja y las tostadas, y el almuerzo que devorarán en el recreo. Aún dispongo de unos minutos de tranquilidad. Cruzo los dedos para que, por una vez, Laia y Marc no se peleen, lleguemos al colegio en tiempo récord y no se repita la tortura de todos los días. ¿Es tanto pedir? Ahora mismo siento que cuadrar mi vida personal y profesional es mucho más complicado que alcanzar la cima del Everest.



[Download Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento person ...pdf](#)



[Read Online Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento pers ...pdf](#)

Download and Read Free Online Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón

From reader reviews:

Shannon Blackshear:

Have you spare time to get a day? What do you do when you have more or little spare time? Yes, you can choose the suitable activity regarding spend your time. Any person spent their particular spare time to take a go walking, shopping, or went to often the Mall. How about open or read a book titled *Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition)*? Maybe it is being best activity for you. You understand beside you can spend your time with the favorite's book, you can cleverer than before. Do you agree with its opinion or you have additional opinion?

Sarah Heath:

Nowadays reading books become more and more than want or need but also be a life style. This reading habit give you lot of advantages. The advantages you got of course the knowledge the rest of the information inside the book this improve your knowledge and information. The information you get based on what kind of publication you read, if you want have more knowledge just go with education and learning books but if you want truly feel happy read one having theme for entertaining for example comic or novel. The *Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition)* is kind of publication which is giving the reader unpredictable experience.

Joseph Lafond:

Many people spending their time period by playing outside along with friends, fun activity with family or just watching TV all day every day. You can have new activity to invest your whole day by reading a book. Ugh, do you think reading a book can actually hard because you have to take the book everywhere? It all right you can have the e-book, delivering everywhere you want in your Smart phone. Like *Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition)* which is obtaining the e-book version. So , try out this book? Let's find.

Gary Collis:

Is it you who having spare time after that spend it whole day by watching television programs or just laying on the bed? Do you need something new? This *Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition)* can be the response, oh how comes? A fresh book you know. You are so out of date, spending your extra time by reading in this new era is common not a geek activity. So what these publications have than the others?

Download and Read Online Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón #CMSYNDFKVO6

Read Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón for online ebook

Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón books to read online.

Online Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón ebook PDF download

Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón Doc

Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón MobiPocket

Mi vida lejos de mí: Ensayo de crecimiento personal (Spanish Edition) by Ainhoa Berganza Larrañaga, Ana Guiu Ribé, Eider Madariaga Marañón EPub