



Plan estratégico personal

Autor: Miguel Ángel Mañas Rodríguez
Editorial: Pirámide

Este libro aborda una de las cuestiones fundamentales de la vida humana: el proyecto de vida. Se trata de una cuestión ineludible que todas las personas, de una u otra forma, han de abordar en diversas ocasiones de forma explícita y que habitualmente asumen de forma implícita en su vivir cotidiano.

Si no queremos perder el rumbo en el camino hacia nuestras metas necesitaremos plantearnos un proyecto de vida o, lo que es lo mismo, un plan estratégico personal que cada cual se construirá en función de sus objetivos.

En esta obra el autor tiene como objetivo proporcionar al lector herramientas útiles y prácticas de resolución de problemas, asertividad, habilidades sociales, trabajo en equipo, administración del tiempo, toma de decisiones y técnicas de autocontrol emocional.

Todo ello le ayudará a conseguir el desarrollo personal y social que se diseñe de acuerdo con sus prioridades. ■