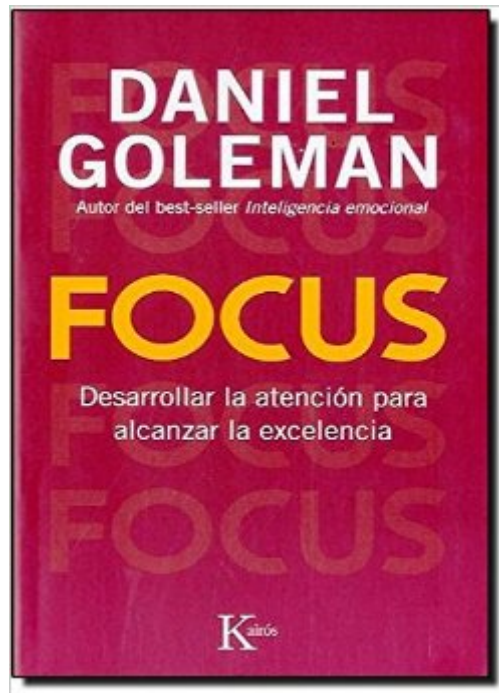


The book was found

Focus: Desarrollar La Atención Para Alcanzar La Excelencia (Spanish Edition)



Synopsis

In this highly anticipated book, psychologist and journalist Daniel Goleman, author of the international bestseller Emotional Intelligence, offers a radically new view of a scarce and undervalued resource within our society, a secret to excellence: attention. People who reach their maximum performance, whether it's in school, business, sports, or the arts, are those who are skillful at both focusing and meditating. Combining cutting-edge research with practical knowledge, Focus digs into the science behind attention in all its varieties—internal and external focus. In the era of endless distractions, Goleman argues that now, more than ever before, we must learn to focus our attention. It is necessary to form a sense of self-control to improve empathy and to understand the complex world we live in.

Book Information

Paperback: 359 pages

Publisher: Editorial Kairos (March 1, 2015)

Language: Spanish

ISBN-10: 8499883052

ISBN-13: 978-8499883052

Product Dimensions: 5 x 0.9 x 7.8 inches

Shipping Weight: 14.1 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.3 out of 5 stars— See all reviews— (29 customer reviews)

Best Sellers Rank: #1,061,245 in Books (See Top 100 in Books) #51 in Books > Libros en español > Ciencia > Ciencias de la Conducta Humana #549 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Auto-Ayuda > Transformación Personal #833 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Psicología y Consejería

Customer Reviews

Goleman inventa una manera sencilla y amena de contarme al respecto la importancia de las emociones y la atención. Su estilo es claro, simple, pero a la vez profundo. Me dejó muy pensativo y motivado

Interesante y de fácil lectura. En esta oportunidad Daniel Goleman nos muestra la importancia que tiene en nuestro proceso el enfocarnos, hábito difícil en tiempos en los que nos vemos invadidos de tanta información. El enfoque luego nos lleva de la mano con la especialización en nuestras tareas. Lo recomiendo a quienes quieran lograr sus metas.

El libro me gusto, me pareció por así decirlo, que le faltó un poco de enfoque, salta entre varios temas, sin embargo lo esencial del libro es de gran valor para todo mundo, es importante comprender que es, como funciona, y luego con esto, como mejorar nuestra capacidad de enfoque.

Este es el tercer libro que leo de Goleman, esperaba un poco más, pero al final el libro se torna disperso y toca temas que no son precisamente del libro en cuestión. Sin embargo al igual que Inteligencia Emocional e Inteligencia Social, es recomendable para forjar liderazgo profesional y familiar.

Me resulto interesante, práctico, complejo en los conceptos neurológicos no obstante tratarse presentarlo simple. Permite tener los elementos conceptuales para poder enfocarse y muestra herramientas prácticas para poder hacerlo teniendo una visión personal, social y trascendente. Me parece una buena lectura de introducción y referencial de conceptos y técnicas que permitan lograr centrarse, concentrarse con disciplina y dedicación. Enfocarse es un aporte que requiere admitir la necesidad y la decisión de enfocarse.

Desde el inicio el libro te va guiando por un pasaje que antes no habíamos tomado en cuenta, un enfoque sistémico, niveles de interacción y sobre ello relata como poder recuperar el enfoque en todo lo que hacemos.

Es un tema muy interesante y el libro está lleno de evidencia científica. Altamente recomendable, en especial para educadores que tienen que luchar día a día con la poca atención que prestan los estudiantes.

Como es habitual en el autor, en el libro se describen claramente los aspectos a tener en cuenta para poder ser un mejor ser humano.

[Download to continue reading...](#)

Control Systems Engineering, 7th Edition
Quieting Your Heart: 30-Day Prayer Journal - Love Edition
Adults Who Color Christmas Edition: An Adult Coloring Book Featuring Holiday Inspired Art, Including Whimsical Christmas Trees, Snowflakes, and Gifts
Drug Idol (Japanese Edition)
Programming ArcGIS with Python Cookbook - Second Edition
PostGIS in Action, 2nd Edition
MySQL Programming Professional Made Easy 2nd Edition: Expert MySQL Programming

Language Success in a Day for any Computer User! (MySQL, Android programming, ... JavaScript, Programming, Computer Software) Lohri: The Bonfire Festival (English and Punjabi Edition) My Google Chromebook (3rd Edition) A to Z Mysteries Super Edition #8: Secret Admirer (A Stepping Stone Book(TM)) Garfield: Hambre de Diversion (Spanish Edition) Dangerous Calling (Paperback Edition): Confronting the Unique Challenges of Pastoral Ministry Tales of Zestiria Collector's Edition Strategy Guide Sams Teach Yourself Mod Development for Minecraft in 24 Hours (2nd Edition) Essential Mathematics for Games and Interactive Applications, Third Edition Fundamentals of Computer Graphics, Fourth Edition Minecraft Pocket Edition Guide Fallout 4 Vault Dweller's Survival Guide Collector's Edition: Prima Official Game Guide Bloodborne The Old Hunters Collector's Edition Guide My iPad for Seniors (Covers iOS 9 for iPad Pro, all models of iPad Air and iPad mini, iPad 3rd/4th generation, and iPad 2) (3rd Edition)

[Dmca](#)