

GROWIN' UP

LO QUE APRENDÍ DE BRUCE

José Javier Torre Ruíz



“El legendario Bruce Springsteen inspira esta original e interesante obra de crecimiento y cambio personal”

SINOPSIS

Los cambios despiertan en el ser humano la emoción del miedo. Así, a veces nos descubrimos viviendo una existencia sin sentido, aunque apenas hacemos nada por cambiarla. Sin embargo, hay momentos en los que la vida nos obliga a movernos y aparecen situaciones que irremediamente nos empujan a tomar decisiones y realizar algún tipo de movimiento.

En estas páginas encontrarás un relato personal y autobiográfico con las experiencias y los aprendizajes que el autor ha ido viviendo y que describe un camino de cambio y transformación a partir de algunas canciones de su cantante y músico favorito, Bruce Springsteen, y con algunas enseñanzas de los más grandes pensadores y filósofos que nos han acompañado desde hace 2.500 años.

El propósito es ayudarte a construir tu propia historia a través de un mejor conocimiento de ti mismo para que este modo puedas descubrir qué quieres y cómo convertirte en aquello que eres, lo cual redundará en la mejora de tu vida y tu entorno. Porque, como sostiene Bruce, “¡Recuerda, al final nadie gana si no ganamos todos!”.



COLECCIÓN AUTOAYUDA, COACHING, MINDFULNESS, NEUROCIENCIAS Y PSICOLOGÍA

Materia	Crecimiento personal
ISBN	978-84-18811-02-9
Encuadernación	Rústica
Nº páginas	278
Tamaño	140 x 220 mm
Código IBIC	VSPM
Código BISAC	SEL031000 SELF-HELP / Personal Growth / General

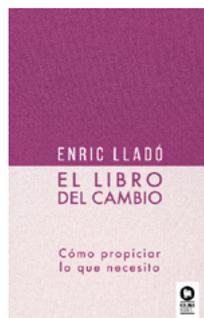
PVP: 19,00 €

AUTOR

José Javier Torre Ruiz es licenciado en CC. Económicas por la Universidad Complutense. Ha desarrollado su actividad profesional en el mundo de la empresa, con más de quince años de experiencia en diferentes puestos de la multinacional Hewlett-Packard (jefe de producto, especialista de ventas, responsable de negocio). Hace cinco años cambió por completo el rumbo de su vida y su trabajo, y decidió orientar su carrera profesional hacia el ámbito de la formación, especializándose en el *coaching* y la gestión de equipos. En la actualidad dirige su propia empresa, Torre Conecta Coaching, y se dedica a la formación, consultoría y *coaching* de equipos y al desarrollo de personas en diferentes compañías como Accenture, ING, Hewlett Packard Enterprise, Técnicas Reunidas o Groupon.

© 2021 Editorial Kolima

TÍTULOS RELACIONADOS



Y ADEMÁS...

- Un manual interesantísimo para, a partir de la vida y las canciones de uno de los mejores músicos de nuestros tiempos, conocer los mecanismos que existen a nuestra disposición para superar las crisis y acometer el cambio personal que necesitamos
- El libro incluye un magnífico y oportuno recorrido por la obra de los mayores pensadores y filósofos de la historia universal

Tags: Growin' Up, José Javier Torre, Bruce Springsteen, crecimiento personal, autoayuda, superación, cambio.