

Dr. Camilo Cruz

Enfócate

Autor de los bestsellers *La Vaca* y *La ley de atracción*

Mantenerse enfocado no debería ser una tarea difícil de realizar, sobre todo, cuando los que están en juego son tu propio éxito y tu felicidad. No obstante, sumadas a la gran cantidad de actividades, tareas de poca importancia, citas pendientes, trivialidades y demás imprevistos de la vida diaria, las nuevas tecnologías — en especial, internet y las redes sociales— han generado una multitud de nuevas distracciones que te roban el tiempo, limitan tu capacidad de atención y debilitan tu productividad.

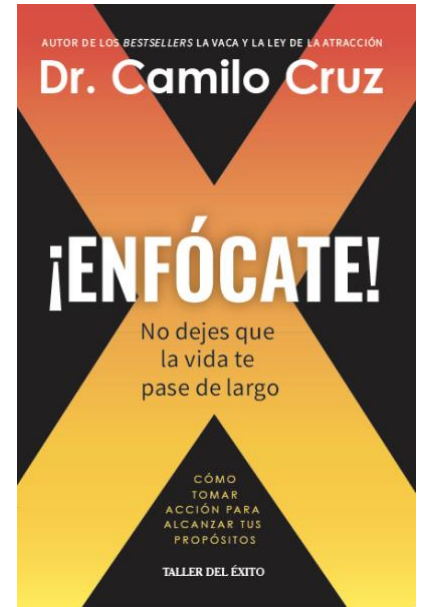
¿Cómo solucionarlo? Las estrategias y planes de acción contenidas en esta obra te darán las pautas para solucionarlo, examinando cómo estás empleando verdaderamente tu tiempo. En una palabra: ¡Enfocándote! Teniendo a la mano los principios, decisiones y estrategias que te llevan a estar en control de tu vida y te permiten lograr niveles de éxito, felicidad y prosperidad que jamás habías imaginado.

El **Dr. Camilo Cruz**, Posee un Doctorado en Ciencias y es graduado de la Escuela de Negocios de la Universidad de Harvard. Como autor ha sido galardonado y bestseller internacional de más de 34 obras entre las que se destaca *La Vaca*, ganadora del Latino Book Award, con más de dos millones de lectores alrededor del mundo en los quince idiomas a los cuales ha sido traducida.

Contenido:

Capítulo 1: Dónde marcar tu “X”	Capítulo 11: De lo importante a lo prioritario
Capítulo 2: El tiempo y la acción enfocada	Capítulo 12: La regla del 80/20
Capítulo 3: Tu obra maestra	Capítulo 13: El arte de saber decir ¡no!
Capítulo 4: Identifica tu norte	Capítulo 14: El síndrome del “mañana”
Capítulo 5: Los sueños son el combustible de la acción enfocada	Capítulo 15: La trampa del perfeccionismo
Capítulo 6: <i>El horizonte del tiempo</i>	Capítulo 16: Elimina a toda costa las excusas
Capítulo 7: El principio de la proactividad	Capítulo 17: Eficiencia versus Efectividad
Capítulo 8: Metas borrosas producen resultados borrosos	Capítulo 18: Enfócate en tus fortalezas no en tus debilidades
Capítulo 9: La trampa del trabajo duro	Capítulo 19: Tu futuro comienza hoy
Capítulo 10: La diferencia entre lo “urgente” y lo “importante”	Capítulo 20: Poniendo orden a tu día
	Capítulo 21: Actividad Versus Resultados
	Capítulo 22: El exceso de “análisis” produce “parálisis”

Metas



En esta obra el lector aprenderá:

Cómo respuesta a preguntas fundamentales para el desarrollo y logro de sus metas y objetivos personales y profesionales. Podrá, entre otras cosas, saber:

- En qué consiste la acción enfocada.
- Cómo identificar tu Norte.
- Por qué las metas borrosas producen resultados borrosos.
- A qué se debe que confundas actividad con resultados.
- Cómo enfocarte en tus fortalezas y no en tus debilidades.
- Qué tan perjudicial resulta el síndrome del “mañana”.

EAN: 9781607386513
Formato: Rústica
Tamaño: 15 cm x 23 cm
Páginas: 240 pp