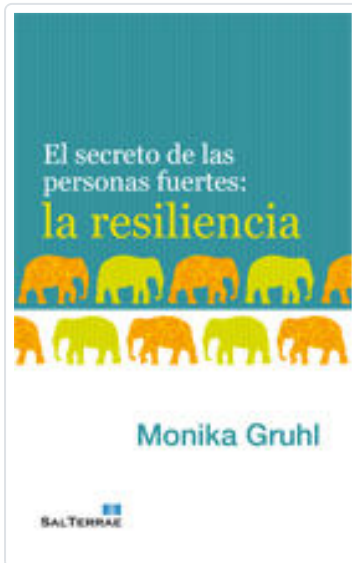


# SECRETO DE LAS PERSONAS FUERTES: LA RESILIENCIA. nº 121



**GRUHL, MONIKA**

## SINOPSIS

Cómo los fuertes se mantienen fuertes Son hombres y mujeres fuertes en su trabajo, en su familia, en su profesión; interceden y se preocupan por los demás; controlan la situación y no permiten que las cosas se les vayan de las manos. Y todo ello una y otra vez, llegando incluso a agotarse o a poner en peligro su salud. Monika Gruhl explica cuáles son los mecanismos que llevan a muchas personas resilientes a caer en la trampa de autoimponerse unas exigencias excesivas, mostrando el modo de superar este peligro. Numerosos ejemplos y sugerencias de la autora para el cambio personal en la vida diaria indican a las personas fuertes el camino que les permitirá seguir manteniéndose fuertes. MONIKA GRUHL, nacida en 1953, es formadora, asesora personal y de grupos, instructora y mediadora. Trabaja en el centro de resiliencia que ella misma ha fundado en Osnabrück (Alemania). Sus áreas principales de actividad profesional son la comunicación, la gestión de conflictos, el desarrollo de equipos, la formación para el liderazgo, el crecimiento personal y la salud. La Editorial Sal Terrae ha publicado sus libros El enneagrama: estrategias para el propio desarrollo y El arte de rehacerse: la resiliencia. ...



Editorial	SAL TERRAE, EDITORIAL
Materia	AUTOAYUDA
Colección	PROYECTO
EAN	9788429320008
Status	Disponible
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	168
Tamaño	135x215x mm.
Peso	210
Precio (Imp. inc.)	15,70€
Fecha de lanzamiento	07/05/2012

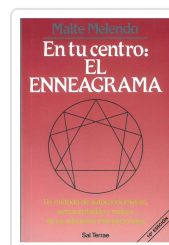
## Títulos relacionados



HUMANIZACIÓN Y GESTIÓN POR VALORES nº 164  
MIGUEL ÁNGEL MILLÁN ASÍN



ACOMPañAR EN LA ENFERMEDAD Y EN EL DUELO Nº165  
AUGUSTIN BADO



EN TU CENTRO. ENNEAGRAMA nº 33  
MELENDO, MAITE



Vencer los miedos nº 35  
Auguer, Lucien