



Portada | Entrevistas | Emprendedores | Talento | Opinión y Blogs | Agenda | Libros

DN Management Libros

NOVEDAD

## La parálisis que activa

DN.ES. PAMPLONA

# Vivimos en una sociedad dominada por el miedo al fracaso, la frustración o los problemas. Pero, ¿estamos preparados para gestionar las adversidades?

Actualizada 09/02/2015 a las 18:30

Vivimos en una sociedad dominada por el **miedo al fracaso**, la frustración o los problemas. Sin embargo, nos guste o no debemos tomar conciencia de que todos pasaremos o hemos pasado por una **situación de parálisis**, entendida como una metáfora de todo aquello que nos impide tomar las riendas de nuestra existencia y de los episodios vitales que nos obligan a replantearnos el futuro. ¿Estamos preparados para gestionar las adversidades?

**La parálisis que activa** presenta un enfoque completamente nuevo y nos ofrece las **herramientas necesarias** para reconducir nuestra situación vital, descubrir qué es realmente lo que nos motiva e inspira en la vida y **superar los frenos que nos impiden alcanzar nuestros objetivos**.

Redactado en primera persona, su autor, **Albert Riba**, nos cuenta su propia experiencia paralizadora, expone las causas que le llevaron a esa situación, reflexiona sobre las emociones sentidas y realiza un balance de las lecciones aprendidas. Además, ha reunido un conjunto de **testimonios de personas** como Pedro Ruiz, Fabián Martín, Elena Gadel o Miriam Díaz Aroca y de **empresas** como **Vichy Catalán** o **Munich**, que expondrán cómo han vivido ellas sus crisis vitales y cómo han resurgido tras esa experiencia.

En el caso personal del autor sufrió una parálisis facial parcial y temporal producto del estrés. Este hecho le permitió pensar en las cosas que estaba haciendo y, sobre todo, acerca de cómo las estaba haciendo. Una vez pasado el trance, Albert Riba modificó la forma en la que trabajaba y desarrollaba, priorizó algunos proyectos y abandonó otros y comenzó a trabajar de forma más eficiente e inteligente. Tras su parálisis se encontró que estaba más activo que nunca, pero sin el estrés que lo había llevado a esa situación. Experto emprendedor y apasionado por el desarrollo profesional, el autor se puso a investigar sobre el tema y en este texto se recogen una serie de conclusiones y consejos para ayudar a los demás a **trabajar con mayor eficacia**.

Esta obra se puede convertir en una herramienta clave y vital para saber afrontar nuestras propias experiencias paralizadoras, así como para levantarnos después de sufrir una situación compleja y dificultosa.

Puedes comprar aquí este libro



Comentarios

### TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR



**El comité de Faurecia desconvocará la huelga si hay un plan de viabilidad**

El comité de empresa de Industrias Cousin Freres (ICF), planta que l...



**Faurecia alega pérdidas acumuladas para justificar el cierre de Burlada**

Los representantes del bufete de abogados y de la consultoría extern...



**El comité de Faurecia denuncia la empresa les deje la estacada**

El presidente del comité de empresa de la planta de Faurecia en Burl...



**Las empresas navarras apuestan por la eficiencia**

### FICHA DEL LIBRO



Título

La parálisis que activa

Autor

Albert Riba

Editorial

Empresa Activa

Páginas

192

P.V.P.

13,30 €

