

EL PODER DE TU ALTER EGO

Todd Herman

¿Sabías que cuando Kobe Bryant juega baloncesto no es el pequeño Kobe quien lo hace, sino su alter ego “la mamba negra”?

Al igual que Bryant, en determinadas situaciones no somos nosotros mismos quienes actuamos, sino que recurrimos a algún otro yo que tiene poderes especiales para ello.

Todd Herman, entrenador y consultor de deportistas de élite y de altos ejecutivos, nos explica cómo activar nuestros otros yo cuando más los necesitamos

El libro recoge testimonios de personas del mundo del deporte y los negocios que utilizaron un Alter Ego para cambiar su vida, superar retos y perseguir objetivos con más libertad.

Muchas veces somos nosotros mismos los que nos boicoteamos y nos impedimos desarrollar todas nuestras habilidades; sin embargo también tenemos la capacidad de desbloquearnos. Podemos ser capaces de crear un alter ego que nos ayude a conseguir lo imposible. No se trata de ponerse una falsa máscara, sino de encontrar al superhéroe que todos llevamos dentro.

Todd Herman expone el mismo método que lleva impartiendo durante más de 20 años con sus clientes, con el fin de ayudarnos a superar obstáculos grandes y pequeños que se cruzarán a lo largo de nuestro día a día. Además, explica cuál es la base científica que hace que este sistema sea tan efectivo, poniendo de manifiesto los numerosos estudios que señalan que este enfoque, además de ayudarnos a tener un mejor rendimiento y a abordar las dificultades naturales de la vida, nos ayudará a aprovechar al máximo el hecho, acorde con nuestra naturaleza, de que todos estamos programados para funcionar.

Gracias al Efecto Alter Ego seremos capaces de aprovechar en nuestro beneficio la motivación y la mentalidad que hay detrás de las razones que tenemos para realizar cualquier actividad.



Es un sistema probado para ayudar a sobreponerse a las dudas, inseguridades y negatividades y para que podamos rendir todo lo que seamos capaces de dar.

“ *Este libro debería ser lectura requerida para cualquier persona con ambiciones. Finalmente un libro que ayuda a conquistar los desafíos de hacer el trabajo duro, escrito por quien ha entrenado a los mejores profesionales.* ”

Brian Smith Fundador de la marca de botas UGG.



Todd Herman

Es un entrenador y consultor de deportistas profesionales y olímpicos, así como asesor de cientos de emprendedores y ejecutivos exitosos, a los cuales ayuda a desarrollar todo su potencial y a ser efectivos. Es también el creador de un programa de desarrollo profesional diseñado para mejorar la gestión denominado 90 Day Year™.