18/01/2024

ECONOMIST&JURIST

Ana Sánchez Blázquez
Redacción E&J

Los cinco mejores libros de crecimiento personal para 2024

Al comienzo de cada año, gran parte de la población acostumbra a elaborar largas listas de propósitos. Leer más, comer sano, ahorrar e ir al gimnasio son algunos de los clásicos. Sin embargo, en ocasiones lograr estos objetivos no es una tarea fácil y muchos de ellos acaban posponiéndolos para el mes siguiente. Para que esto no ocurra, existen varias herramientas que nos pueden ayudar a convertirnos en nuestra mejor versión desde comienzos del año. La opción más común y económica son los libros de crecimiento personal.

La lectura, por si sola, fortalece nuestras habilidades cognitivas y desarrolla la creatividad. Los libros de autoayuda, además, permiten indagar en uno mismo y evolucionar para mejor. Son una guía práctica llena de consejos, ejercicios y casos reales que ayudan a llegar a nuestras metas.

Los 5 mejores libros de crecimiento personal para 2024

Desde hace años lideran el ranking algunos clásicos. Los siguientes títulos son los mejor valorados y los más recomendados por psicól

...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |