

## **LA FUERZA DE VOLUNTAD**



La actitud ante la vida tiene mucho más peso que las circunstancias. Quizá en el trabajo te falte en ocasiones algo de autocontrol. Descubre cómo mejorar la fuerza de voluntad en el libro "Autocontrol", de la psicóloga Kelly McGonigal (Ed. Urano, 16,95 €).