

MAKE TIME

Cómo enfocarte en lo que importa cada día

Jake Knapp / John Zeratsky

Make Time es un manifiesto encantador, una guía amigable que nos ayudará a encontrar la concentración y la energía en nuestro día a día.

Se trata de dedicar tiempo a lo realmente importante fomentando nuevos hábitos y replanteando los valores adquiridos fruto de la actividad frenética y de la distracción.

Aprovechando su experiencia en el diseño de productos tecnológicos, desde Gmail hasta YouTube, los autores pasaron años experimentando con sus propios hábitos y rutinas, buscando formas de ayudar a las personas a optimizar su energía, enfoque y tiempo.

Destacados

- Reúne las tácticas más eficaces en un marco diario de cuatro pasos que cualquiera puede utilizar para diseñar su jornada diaria.
- Ofrece un menú personalizable de consejos y estrategias que se pueden adaptar a los hábitos y estilos de vida individuales.
- Propone pequeños cambios en nuestro entorno para liberarnos de las constantes distracciones.

Sobre los autores

Jake Knapp y John Zeratsky han sido diseñadores de la industria tecnológica en compañías de la talla de Google y YouTube que se obsesionaron con la idea de rediseñar el tiempo. Son los autores de *Sprint*, best seller del New York Times, y los creadores de Time Dorks, un popular boletín sobre experimentos en gestión del tiempo.

.....

Segmentación

Gestión del tiempo
Autoayuda y bienestar
Management



Knapp / Zeratsky

MakeTime

isbn 978-84-17963-04-0

320 pp. 14 x 21 cm

rústica

Pvp 18,50 Euros



www.reverte.com

revertemanagement@reverte.com