

## **El especialista Julio Arrázola desvela cómo alcanzar el éxito en 'Creando contenido de vida'**

### **Superar la procrastinación, marcarse unos objetivos y aprender a gestionar el tiempo y las emociones ahora es posible gracias esta práctica guía**

El especialista en desarrollo de proyectos y coach ejecutivo organizacional Julio Arrázola comparte las claves del éxito en su nueva obra **'Creando contenido de vida'**.

En esta útil y fundamental guía se esconden los pasos y las herramientas necesarias para conseguir abandonar la procrastinación y comenzar a fijarse objetivos, mejorar los resultados y beneficiarse de ellos, aprendiendo además a tener siempre presente la economía del tiempo.

Las enseñanzas que se muestran no solo son prácticas a nivel empresarial, si no que se pueden aplicar al ámbito personal, o cualquier otro aspecto de la vida para sacar el máximo rendimiento, lo cual resulta muy provechoso.

"Gran parte de mis actividades están enfocadas en la mejora, optimización e innovación. Tanto en el campo profesional como personal, he podido constatar que se obtienen mejores resultados cuando contamos con la colaboración de las personas que nos rodean. Por lo tanto, es importante adquirir la práctica y habilidad de coordinar procesos y hacer uso de las herramientas adecuadas para cumplir nuestros objetivos. Esas son habilidades que la gestión de proyectos nos otorga".

El autor enseñará a los lectores de un manera cercana y empática cómo lograr sus objetivos en tres sencillos pasos y les ayudará a encontrar el método que les resulte más efectivo para conseguirlo, adjuntando una sencilla explicación sobre cada uno. Además, proporciona tablas y ejemplos donde podrán llevar un seguimiento de su propósito de una manera más cómoda y eficaz.

Asimismo, Julio Arrázola rompe la barrera para hablar directamente sobre la importancia de gestionar el tiempo y las emociones, y la gran relevancia que esto implica a la hora de apreciar los pequeños momentos de la vida y sacar el máximo partido para llegar a las metas establecidas.

"Nuestras decisiones están influenciadas en parte racional y en parte emocionalmente. Cuando no tenemos un equilibrio entre ambas, podemos tomar decisiones basadas en un primer impulso, sin encontrar con la lógica. No siempre son las mejores decisiones y usualmente no se les da mucha importancia. Pero es de vital importancia tener conocimientos de inteligencia emocional en nuestro diario de vivir".

Los lectores hallarán el valor de aprender de sus errores sin avergonzarse por ellos y alegrarse por sus aciertos sin temor para fomentar el hábito de trabajo, dar lo mejor de sí mismos, independientemente de las circunstancias que rodeen a cada uno, y salir de la, muchas veces autoimpuesta, rutina.

·Hay que tener la capacidad de reconocer que las cosas no siempre salen como uno las planifica. Solo así seremos capaces de tomar decisiones sobre la marcha para continuar cuando las cosas se salen de control. Justamente cuando tenemos una organización adecuada es cuando más fácil podremos contar con un plan B que nos ayude a continuar".

En definitiva, una guía ideal para alcanzar el éxito y, sobre todo, para cumplir sueños.

&#39;Creando contenido de vida&#39; ya está disponible en Amazon.

**Datos de contacto:**

Tregolam  
Servicios editoriales  
918 67 59 60

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Literatura](#) [Sociedad](#) [Entretenimiento](#) [Emprendedores](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>