

## Diri Terbaik Best Self : cara efektif memaksimalkan potensi diri

Bayer, Mike, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920543129&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Jika Anda memimpikan kehidupan yang lebih baik, dan ingin menjadi diri yang Anda inginkan, sekaranglah saatnya untuk mengubah impian menjadi kenyataan. Dan, alat yang Anda butuhkan ada dalam genggaman. Buku ini akan menunjukkan caranya kepada Anda Sebagai pelatih pengembangan pribadi yang berpengalaman, Mike Bayer memiliki banyak cara menakjubkan yang dapat meningkatkan kehidupan dengan kejujuran dan kejelasan. Dia membantu Anda melihat seperti apa diri terbaik Anda. Dengan bekerja melalui tujuh SPHERES kehidupan-Kehidupan Sosial (S, Social Life), Kehidupan Pribadi (P, Personal Life), Kesehatan (H, Health), Pendidikan (E, Education), Relasi (R, Relationships), Pekerjaan (E, Employment), dan Kehidupan Spiritual (S, Spritual Life)-Mike Bayer mengungkapkan pemikirannya. Dia akan menjadi pembimbing Anda, dan akan mengarahkan Anda di sepanjang prosesnya untuk melewati serangkaian pertanyaan yang mendalam, mengusik, tapi penting, yang belum pernah diajukan kepada Anda sebelumnya-seperti "apa nilai inti hidupku?", "apa hal-hal yang ku- takutkan?", dan "apakah aku mengabaikan beberapa aspek kesehatan fisik karena aku takut atau menyangkalnya?", Best Self akan memberdayakan Anda secara autentik, mengakui apa yang menghambat Anda, dan menerobos untuk menjalani kehidupan yang penuh gairah dengan sepenuhnya, dan selamanya.