

Sesión 1: Lo humano en la gestión del cambio

Video básico recomendado:

1.5.3. Como vencer la resistencia al cambio.

<https://www.youtube.com/watch?v=XOF0uX8eNTg>

- **(15 minutos)**
- Impartido por Daniel Colombo: Coach ejecutivo, conferencista y escritor. 24 de septiembre de 2020
- En este video aprenderás más sobre la resistencia al cambio: **por qué se produce** y te estanca en la vida. También **comparto cinco claves de equilibrio emocional**, para que CAMBIAR no te paralice.