



This is an example of an excellent RDA record for a book in Non-English:

100	1	Reklau, Marc, †e author.
240	1 0	Love Yourself First!: Boost Your Self-Esteem in 30 Days: Change Your Habits, Change Your Life. † Spanish.
245	1 0	Quiérete ¡Y mucho! : †b 30 días para aumentar tu autoestima. Como superar la baja autoestima, la ansiedad, el estrés, la inseguridad y la duda en ti mismo / †c Marc Reklau.
246	1 3	Treinta días.
246	1 5	Como superar la baja autoestima, la ansiedad, el estrés, la inseguridad y la duda en ti mismo = How to overcome low self-esteem, anxiety, stress, insecurity and self-doubt.
264	1	[United States] : †b Publisher not identified, †c [2018].
264	4	†c © 2018.
300		229 pages : †c 21 cm.
336		text †b txt †2 rdacontent
337		unmediated †b n †2 rdamedia
338		volume †b nc †2 rdacarrier
500		Traducciones realizadas con El Traductor de Google = Translations performed with Google Translate.
520		"¿Quieres vivir tu vida sin temor a la desaprobación de otras personas? ¿Te despiertas temiendo el día sintiéndote desanimado por lo que has logrado en la vida? ¿Deseas desarrollar más confianza en ti mismo para superar la baja autoestima, la inseguridad y la duda? ¿Quieres superar el perfeccionismo y disfrutar de una vida más gratificante? En esta guía práctica hacia el amor propio, el autor de éxito Marc Reklau te muestra cómo aumentar tu autoestima con ejercicios simples y prácticos. Nuestra autoestima afecta todos los aspectos de nuestra vida: nuestras relaciones con los demás, nuestro nivel de autoconfianza, nuestro éxito profesional, nuestra felicidad, nuestra paz interior y el éxito que pretendemos lograr en el futuro. Ya sea que desees realizar grandes avances, alcanzar tus metas más importantes, triplicar tus ingresos, crear excelentes relaciones, superar el estrés y la ansiedad, o simplemente sentirte feliz y satisfecho con quien eres. Todo comienza con una autoestima saludable. Elevar tu autoestima mejorará tu toma de decisiones al elegir socios, proyectos o trabajos. Estarás más motivado, lograrás tus objetivos y mejorarás tu rendimiento. Cuando alcanzas tus objetivos, finalmente podrás disfrutarlos porque te independizas de las opiniones de otras personas. No importa lo que sucedió en tu pasado, eres capaz de reescribir tu historia y de construir una autoestima sana. Si bien es divertido culpar a nuestros padres o maestros o a todos los demás por nuestra baja autoestima, en realidad no nos ayuda a superar el problema. Deja de sentirte abrumado e indigno y comienza a actuar sin temor a la autocrítica. Deja de lado el perfeccionismo y comienza a explorar la confianza, el entusiasmo y la inspiración." †c Amazon.com.
505	0 0	†t Introducción -- †t Tú tienes el control -- †t El trabajo interior -- †t Se auténtico -- †t La felicidad es una elección -- †t El poder del enfoque -- †t Cuerpo & mente -- †t Estar aquí, ahora.
505	0 0	†t Introduction - †t You are in control - †t The inner work - †t Be authentic - †t Happiness is a choice - †t The power of focus - †t Body & mind - †t Be here, now.
520		"Eliminate self-doubt, perfectionism, and anxiety and develop more confidence. Do you want to live your life without fear of other people's disapproval? Do you wake up dreading the day feeling discouraged with what you've accomplished in life? Do you want to develop more confidence in yourself overcome low self-esteem, insecurity, and self-doubt? In this guide to self-love, international best-selling author Marc Reklau shows you how to boost your self-esteem with simple and practical exercises. Our self-esteem impacts all aspects of our life: our relationships with others, our level of self-confidence, our professional success, our happiness, our inner peace, and the success that we aim to achieve in future. Whether you reach your most meaningful goals, triple your income, create excellent relationships, or simply feel happy and satisfied with who you are. It all starts with healthy self-esteem. Raising your self-esteem will improve your decision-making when choosing partners, projects, or jobs. You'll be more motivated, achieve your goals, and improve your performance. No matter what happened in your past, you are capable of rewriting your story and of building a healthy self-esteem. Stop feeling overwhelmed and start taking action without the fear of self-criticism." †c Amazon.com.
650	0	Change (Psychology)
650	0	Self-esteem.
650	0	Self-confidence.
650	4	Cambio (psicología).
650	4	La estima propia.
650	4	Auto confianza.