



Fecha de publicación:
25/03/2022

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Zoraya Peñuela R. (Jefe de prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1214

Email: zorayap@planeta.com

Nombre: Susana Serrano Arango
(Coordinadora de Prensa)

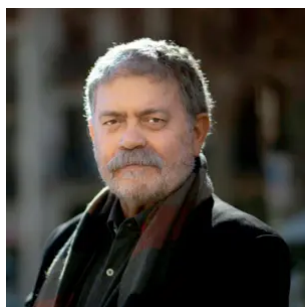
Teléfono: (57)6079997 ext.1215

Email: susana.serrano@planeta.com.co

Nombre: Tatiana Andrade (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1216

Email: ltandrade@planeta.com.co



Atrévete a ser quien eres

Walter Riso

En la era de los *likes*, atrévete a ser tú.

Llega el esperado nuevo libro de Walter Riso, el psicólogo de referencia en Latinoamérica y España que ha ayudado a millones de lectores a desarrollar hábitos mentales saludables.

Para poder crecer como persona hay que ser, ante todo, libre interiormente; es decir, pensar, sentir y actuar según los propios valores y principios, asumir que sobre ti solo tú decides y mandas. En la era de los *likes*, sin embargo, cada vez es más frecuente vivir pendientes de la aprobación ajena y con miedo a mostrarnos tal cual somos.

Este libro es una guía para que trabajes activamente en el desarrollo de tu libre personalidad, sin sentirte intimidado y respetando los derechos ajenos. Se trata de sacar toda la información basura que te han inculcado desde la infancia para desarrollar el verdadero potencial que posees.

Si a veces te sientes desesperanzado porque no encuentras tu lugar en esta vida, no te preocupes, con este libro descubrirás que tu lugar en el mundo está en ti. No necesitas que nadie te cuelgue medallas ni que te elogien desafortunadamente, sino solo estar bien contigo mismo. Nada más y nada menos.

Walter Riso

Nació en Italia y vive entre América Latina y Barcelona. Es doctor en Psicología, especializado en Terapia Cognitiva y con una maestría en Bioética. Desde hace treinta años, trabaja como psicólogo clínico, alternando esta práctica con la cátedra universitaria y la publicación de obras científicas y de divulgación. Sus libros, traducidos a más de veinte idiomas, han tenido un éxito arrollador, cumpliendo el propósito de crear una vacuna contra el sufrimiento humano y proponiendo estilos de vida saludables.

Para más información: www.walter-riso.com