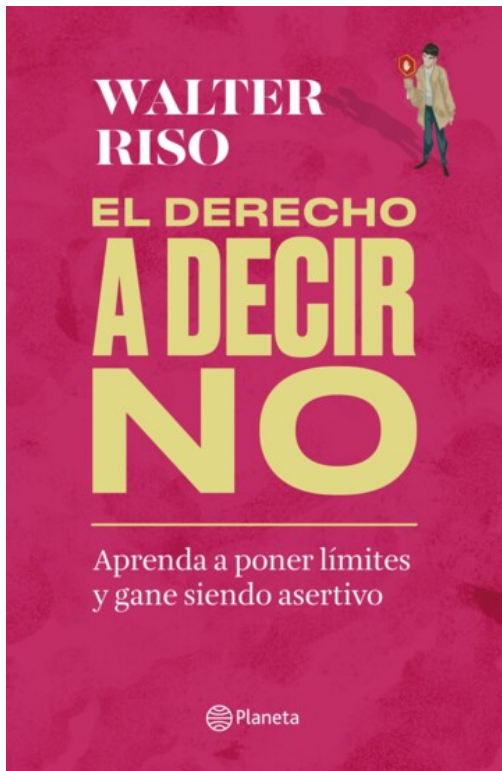




El derecho a decir no

Walter Riso

Aprenda a poner límites y gane siendo asertividad

¿Quién no se ha mirado alguna vez al espejo tratando de perdonarse la sumisión o no haber dicho lo que en verdad pensaba? ¿Quién no ha sentido, así sea de vez en cuando, la lucha interior entre la indignación por el agravio y el miedo a enfrentarlo? En el proceso de aprender a querernos a nosotros mismos —junto al autoconcepto, la autoimagen, la autoestima y la autoeficacia—, hay que abrirle campo a un nuevo “auto”: el autorrespeto, la ética personal que separa lo negociable de lo no negociable, el punto de no retorno. En cada uno de nosotros hay un reduto de principios donde el “yo” se niega a rendir pleitesía y se rebela. Tenemos la capacidad de indignarnos cuando alguien viola nuestros derechos o somos víctimas de la humillación, la explotación o el maltrato: podemos decir NO

Fecha de publicación:
20/05/2017

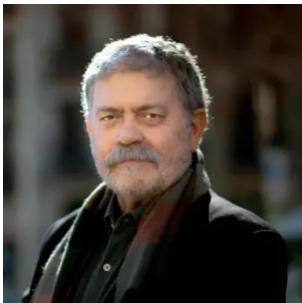
Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe



Walter Riso

(Nápoles, 1951) Es doctor en psicología, especialista en terapia cognitiva y maestro en bioética. Desde hace treinta años trabaja como psicólogo clínico y formador de terapeutas, práctica que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria en Latinoamérica y España, y la publicación de textos científicos y de divulgación en diversos medios.

Sus libros han cumplido el propósito de crear estilos de vida saludables en diversos ámbitos y han sido traducidos a trece idiomas.

Para más información: www.walter-riso.com