



Fecha de publicación:
09/05/2022

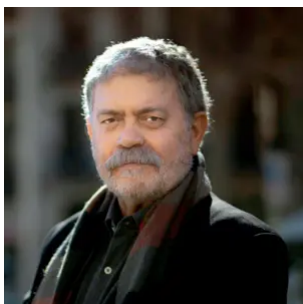
Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe



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 desaforadamente, sino solo estar bien contigo mismo. Nada más y nada menos.

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