

image not found or type unknown



# Yo soy así (y ya no me importa)

**Tomás Navarro, Fernando Trías de Bes**

**Fecha de publicación:**  
03/09/2019

**Sello Editorial:**  
Zenith

## Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma Cordón

**Teléfono:** 93 492 86 33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

De la mano de Fernando Trías de Bes, coautor del bestseller *La buena suerte*, y de la experiencia como psicólogo de Tomás Navarro, llega *Yo soy así*, un libro que renueva el género de la autoayuda con los psicorrelatos.

¿Quién no conoce a alguien obsesionado con el orden? ¿Quién no desearía saltarse las normas y comportarse con total libertad? Seguro que en tu círculo de amigos o en tu familia hay un hipocondríaco, un celoso o un supersticioso, a lo mejor hasta te reconoces a ti mismo en alguno de esos perfiles. En realidad, todos somos un poco neuróticos y lo que intentamos cada día es vivir y convivir lo mejor que podemos con nuestras manías y con las de los demás.

Con la pluma repleta de humor inteligente de Fernando Trías de Bes y la experiencia profesional del psicólogo Tomás Navarro, asistiremos a un desfile de personajes divertidos e histriónicos que nos servirán de reflejo de nosotros mismos y nos ayudarán a desvelar algunas de las claves psicológicas para mejorar nuestra vida y la de los que nos rodean.

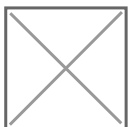
image not found or type unknown



## Tomás Navarro

**Tomás Navarro** es un psicólogo enamorado de las personas y de lo que estas sienten, piensan y hacen. Es el fundador de una consultoría y de un centro de bienestar emocional. En la actualidad reparte su tiempo entre la escritura técnica, la formación, la consultoría, las conferencias y los procesos de asesoramiento y coaching personal y profesional. El autor se mueve entre Andorra y Barcelona, y ha publicado con gran éxito *Fortaleza emocional*, *Wabi sabi*, *Eres más fuerte de lo que crees* y *Kintsukuroi*, un éxito de ventas en el mercado de derechos internacionales que ha sido traducido a varios idiomas: inglés, francés, chino, holandés, ruso y polaco.

**Tomás Navarro** es un psicólogo atípico que ha inspirado a lectores de todo el mundo con sus libros, traducidos a más de treinta idiomas. Desde su consultoría promueve el desarrollo y la implementación de políticas de bienestar emocional y resiliencia en las empresas. También colabora con numerosos medios de comunicación e imparte charlas sobre psicología, motivación y resiliencia. El autor reside en el Pirineo, donde realiza sus sesiones esquiando, escalando, pedaleando y andando. Ha publicado con gran éxito *Piensa bonito*, *Wabi-Sabi*, *Kintsukuroi*, *Eres más fuerte de lo que crees* y *Fortaleza emocional*. Sus obras son un referente para psicólogos y terapeutas, así como para las personas que desean mejorar su calidad de vida.



## Fernando Trías de Bes

Economista y escritor, **Fernando Trías de Bes** (Barcelona, 1967) es autor de una veintena de libros, entre ensayos económicos, novelas, relatos y guiones. Entre los primeros, destacan *La buena suerte* (2004, Premio al mejor libro del año en Japón, en coautoría con Álex Rovira, y reeditado en 2019); *El vendedor de tiempo* (2005); *El libro negro del emprendedor* (2007); *El hombre que cambió su casa por un tulipán* (Premio Temas de Hoy 2009); *El gran cambio* (2013) y *El libro prohibido de la economía* (Premio Espasa 2015). Sus ensayos más recientes son: *Las siete llaves* (2020) y *La solución Nash* (2020). Entre sus principales títulos de ficción se cuentan *El coleccionista de sonidos* (2007); *Mil millones de mejillones* (2010) o *Tinta* (2011). Investigador social, observador atento y divulgador incansable, escribe más de cien artículos anuales, con los que aproxima el mundo de la economía y la empresa a todos los públicos. Sus libros han sido traducidos a más de treinta idiomas y ha vendido más de tres millones de copias entre todos sus títulos.