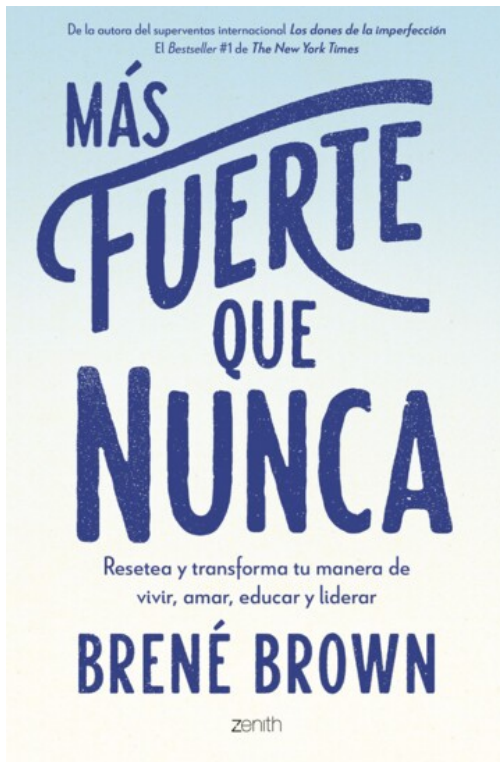




Fecha de publicación:
04/10/2023

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Más fuerte que nunca

Brené Brown

Brené Brown, una de las autoras internacionales más vendidas y reconocidas en el ámbito del crecimiento personal, nos enseña, en su libro más personal, cómo hacernos más fuertes a partir de nuestras caídas abrazando nuestra vulnerabilidad.

Brené Brown, una de las autoras internacionales más vendidas y reconocidas en el ámbito del crecimiento personal, nos enseña, en su libro más personal, cómo hacernos más fuertes a partir de nuestras caídas abrazando nuestra vulnerabilidad.

Brené Brown lleva más de veinte años investigando las emociones que dan sentido a nuestras vidas. En los últimos años, su foco de interés se ha centrado en los procesos que pasamos en nuestras peores situaciones: ¿qué ocurre cuando estamos en nuestro momento más bajo? ¿Qué experimentamos en esa fase? ¿Qué tienen en común las personas que se han levantado con éxito y han encontrado el valor para intentarlo de nuevo? ¿En qué consiste el proceso de levantarse con fuerza?

Más fuerte que nunca responde a estas preguntas y nos brinda estrategias prácticas para trabajar con delicadeza estos momentos evaluando todas sus consecuencias y las opciones que se despliegan ante nosotros.

Adentrarnos en nuestras historias de dolor puede parecer peligroso y, muchas veces, asusta. Pero el proceso de recuperar nuestro equilibrio en medio de una crisis personal es donde se pone a prueba nuestra valentía y se forjan nuestros valores.

Brené Brown

Brené Brown es profesora de investigación en la Universidad de Houston, donde ocupa la cátedra de la Fundación Huffington-Brené Brown en el Graduate College of Social Work. Lleva dos décadas estudiando temas como el coraje, la vulnerabilidad, la vergüenza y la empatía y es la autora de superventas. Su charla TEDx, "El poder de la vulnerabilidad" tiene más de 50 millones de visitas, siendo una de las cinco más vistas del mundo. Su especial de Netflix, *Sé valiente*, se ha utilizado para inspirar a empresarios y CEO de todo el mundo.