

Image not found or type unknown



Más fuerte que nunca

Brené Brown

Fecha de publicación:

20/07/2023

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno
Cabrera

Email:
mmorenoc@planeta.com.mx

Si caes, atraviesa el miedo y renace con valentía. Encuentra en tu vulnerabilidad un motor de cambio para tu vida.

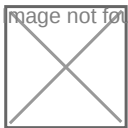
Traducido a más de 30 idiomas, **Más fuerte que nunca** es el fascinante libro escrito por la única investigadora de emociones capaz de iniciar una conversación colectiva sobre vulnerabilidad y vergüenza: **Brené Brown**.

Brené Brown, autora de seis bestsellers de The New York Times, nos guía a través de un transformador método que, en tan solo tres pasos, convertirá en fortalezas nuestras historias de fracaso y dolor:

1. **Reconocimiento.** Profundiza en tu historia. Aun si el proceso es muy incómodo, lo importante es sentir curiosidad por las emociones que estás experimentando.
2. **Enfrentamiento.** ¡Aduéñate de tu historia! ¿Lo que te estás diciendo sobre las dificultades en tu camino es real o inventado?
3. **Revolución.** Con valentía y vulnerabilidad, escribe un nuevo final a la historia que te hizo dudar si eres en verdad suficiente. ¡Lo eres y punto!

Sin importar qué tan grandes o pequeñas sean las batallas diarias, el proceso para levantarnos más fuertes que nunca está a la vuelta de estas páginas.

Image not found or type unknown



Brené Brown

Brené Brown es una investigadora originaria de Texas, que ha estudiado por más de dos décadas el impacto del coraje, la vulnerabilidad, la vergüenza y la empatía en los seres humanos. Es autora de seis bestsellers de *The New York Times*, entre los que se encuentran *El poder de ser vulnerable*, *Los dones de la imperfección* y *Más fuerte que nunca*. También conduce los podcasts *Unlocking Us* y *Dare to Lead*, además de protagonizar las series originales de Netflix y HBO *La llamada de la valentía* y *Atlas del corazón*, respectivamente. *The New Yorker* ha descrito su trabajo como el «imperio de las emociones que enseñó a una nación entera a ser vulnerable». Lleva 25 años casada con Steve y comparte con él dos increíbles hijos: Ellen y Charlie.