

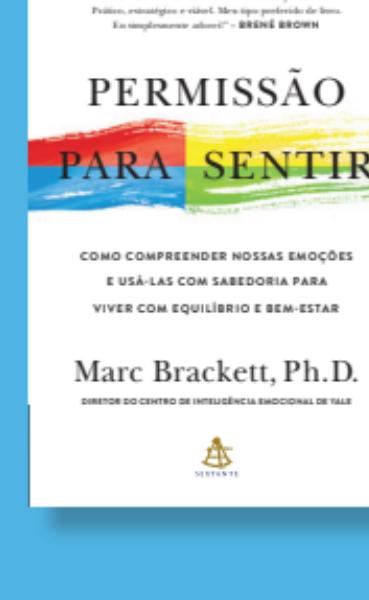
PERMISSÃO PARA SENTIR



COMO COMPREENDER
NOSSAS EMOÇÕES
E USÁ-LAS COM
SABEDORIA PARA
VIVER COM EQUILÍBRIO
E BEM-ESTAR

Marc
Brackett,
Ph.D.

DIRETOR DO CENTRO DE
INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
DE YALE



• • • • • •

“ Não me canso de
recomendar
Permissão para sentir.
Prático, estratégico
e viável. Meu tipo
preferido de livro.
Eu simplesmente
adorei!
BRENÉ BROWN

• • • • • •

@editorasextante