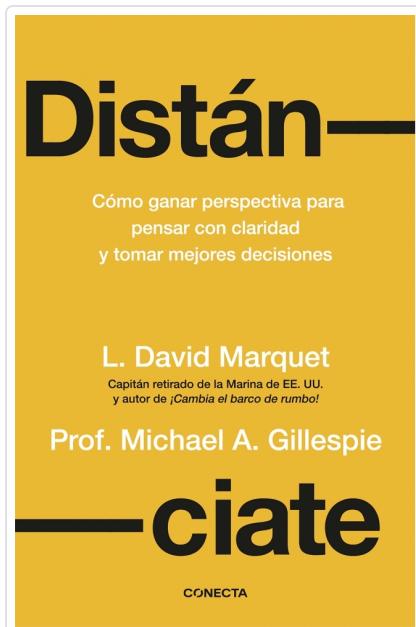


# DISTÁNCIATE



Louis David Marquet

## SINOPSIS

Ante los desafíos, los grandes líderes no reaccionan. Dan un paso atrás, ganan perspectiva y toman las mejores decisiones para triunfar. Una guía para pensar con claridad y aprovechar cada oportunidad, sin dejarte llevar por tu ego, tus sesgos o tus emociones. ¿Y si existiera una forma de ver tu realidad con claridad, sin el peso de tus propios prejuicios y emociones? A menudo, el mayor obstáculo para tomar decisiones más sabias y efectivas suele ser nosotros mismos. Nuestra visión limitada sesga nuestras elecciones y nos lleva a defender acciones pasadas en lugar de buscar alternativas mejores. Para avanzar, necesitamos salir de nuestro estrecho punto de vista y ganar una nueva perspectiva. En otras palabras: necesitamos distanciarnos. En *Distánciate*, el autor superventas y excomandante de la Marina David L. Marquet y el profesor de psicología Michael Gillespie presentan una poderosa herramienta: el distanciamiento. Esta sencilla pero poco aprovechada capacidad nos permite salir de nosotros mismos para ver con claridad y decidir con sabiduría. A través de tres prácticas esenciales:

- \* Distanciamiento del yo: adoptar la mirada de un observador externo.

\* Distanciamiento espacial: ampliar la perspectiva y vernos como parte de un todo más amplio.

\* Distanciamiento temporal: tomar decisiones desde el punto de vista de nuestro yo futuro. Combinando ciencia, historias reales y herramientas prácticas, *Distánciate* nos enseña a elevarnos por encima del ego y la emoción, superar los sesgos que nos limitan y tomar decisiones más claras, inteligentes y conscientes: en el liderazgo, en la vida y a largo plazo. La crítica ha dicho: «Un análisis lúcido, con numerosos ejercicios y preguntas de reflexión muy útiles, para lectores que busquen un nuevo enfoque para la toma de decisiones.»

PublishersWeekly

«*Distánciate* es un libro claro, riguroso y profundamente revelador: una auténtica obra maestra.»

Ethan Kross, autor best seller de *Shift* y *Chatter*

«*Distánciate* es una poderosa herramienta de reinención personal.»  
Annie Duke, autora best ...

Editorial	CONECTA
Materia	[KJMD] TOMA DE DECISIONES EN LA GESTIÓN DE EMPRESAS
EAN	9788418053962
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	150x230x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	12/02/2026