

ME QUIERO TE QUIERO



ESCLAPEZ, MARIA

SINOPSIS

Un nuevo libro de María Esclapez, la psicóloga y divulgadora que arrasa en redes. Un vínculo tóxico es aquel que genera malestar. Algo tóxico, como indica su nombre, es algo malo o dañino para nosotros. Yo pasé por numerosas relaciones tóxicas y sufrí dependencia emocional. Durante mucho tiempo, ignoré aquella vocecita en mi interior que me decía que las cosas no iban bien. Me daba miedo mirar dentro de mí, por lo que pudiera encontrar. Así que fui callando a esa voz hasta hacerla desaparecer. Quizás tú sospechas que las cosas no van bien y que lo que vives en tus relaciones de pareja puede no ser lo normal. Incluso puede ser que lo tengas claro y quieras saber cómo salir de ello. Si has decidido escuchar esa vocecita de la que te hablaba, este libro es para ti. María Esclapez, psicóloga clínica, sexóloga y terapeuta de parejas, te invita a construir relaciones sanas y mejorar las que ya tienes a través de ejercicios prácticos, ejemplos sacados de consulta y reflexiones. Da igual en qué punto estés, nunca es demasiado pronto ni demasiado tarde para aprender a ser consciente de tus vivencias, quererte y valorarte, primero como persona y luego como pareja. Porque te quiero, pero primero me quiero a mí. +Qué encontrarás en este libro? -Anécdotas, experiencias de la autora y situaciones extraídas de casos reales en consulta. - Material gráfico, radiografías de conversaciones de Whatsapp, esquemas y otros componentes para facilitar la comprensión del texto. -Propuestas para poner en práctica y sacar el mayor partido a tus relaciones. ...

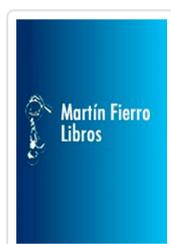


Editorial	BRUGUERA
Materia	PSICOLOGIA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788402424587
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	213x151x mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	26/01/2022

Títulos relacionados



SUPER HUMOR
MORTADELO Nº 42
IBAÑEZ, FRANCISCO



SHM BANDA DE
LOS GUIRIS, LA (Nº
30)
IBAÑEZ, FRANCISCO



SUPER HUMOR EL
BOTONES
SACARINO
IBAÑEZ, FRANCISCO



SHM CACHARROS
MAJARETAS, LOS
(Nº 16)
IBAÑEZ, FRANCISCO