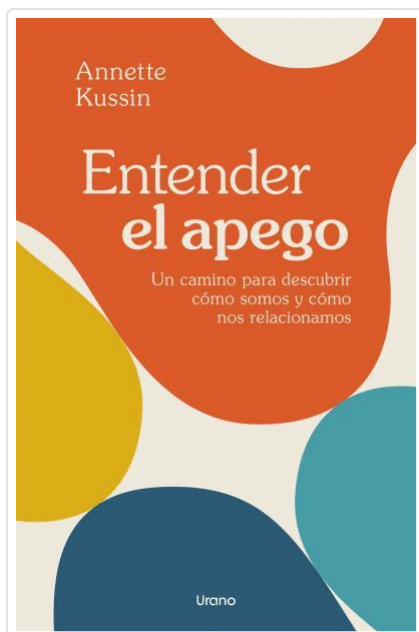


ENTENDER EL APEGO



Kussin, Annette

SINOPSIS

Este libro está pensado para ofrecerte una nueva manera de conocerte a ti mismo y entender tus relaciones. En estas páginas la terapeuta Annette Kussin nos ofrece una novedosa visión sobre la teoría del apego que nos ayudará a reconocer nuestros patrones vinculares, y a entender de dónde provienen, para poder modificar conductas y sentirnos seguros y capaces de crear relaciones más sanas y satisfactorias. Si crees que tienes dificultades para acercarte a las personas y para comprometerte o, por el contrario, te vuelves rápidamente dependiente, con esta guía repleta de técnicas y herramientas muy útiles, aprenderás a ser más comprensivo contigo mismo y, por tanto, con los demás, y a vincularte libremente sin miedos ni ansiedad....



Editorial	URANO
Materia	PSICOLOGIA
EAN	9788418714504
Status	Disponible
Páginas	192
Tamaño	230x150x0 mm.
Peso	292
Precio (Imp. inc.)	14,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	13/05/2024