

ENAMÓRATE DE TI CON ELIZABETH CLAPÉS



Clapés, Elizabeth

SINOPSIS

La presente edición reúne tres libros fundamentales de la psicóloga y autora Elizabeth Clapés, pensados para ayudarte a sanar, conocerte y tomar el control de tu vida emocional. Un pack esencial para tu bienestar emocional. En Querida yo: tenemos que hablar, aprenderás a conectar contigo misma, a entender y gestionar tus emociones, y a cultivar una relación sana contigo. Tú no eres el problema te ofrece las herramientas para identificar y alejarte de las manipulaciones de personas narcisistas, enseñándote a recuperar tu poder personal. Finalmente, Perderte para encontrarme te guiará en el proceso de sanar una ruptura y redescubrirte, aprendiendo a disfrutar de tu propia compañía y reconstruir tu autoestima. Tres guías imprescindibles que te ayudarán a superar obstáculos emocionales, fortalecer tu bienestar mental y, sobre todo, enamorarte de ti misma. ¡Es el momento de poner tu salud emocional en primer lugar y dar el paso hacia una vida más plena!...



Editorial	B DE BOLSILLO
Materia	[VSPM] AFIRMACIÓN PERSONAL, MOTIVACIÓN, AUTOESTIMA Y ACTITUD MENTAL POSITIVA
EAN	9791387652449
Status	Disponible
Tamaño	190x125x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	29,85€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	10/07/2025