

PONTE EN MI LUGAR



Benamunt, Carmina

SINOPSIS

Reconecta con tu adolescente interior para acompañar como merece a tu hijo o hija adolescente ¿Alguna vez has dicho “no puedo más contigo” o “mientras vivas aquí, harás lo que yo diga”? La adolescencia es una etapa llena de desafíos, emociones intensas y aprendizajes sobre quiénes somos. Sin embargo, llega sin manual de instrucciones y, cuando no contamos con referentes que la hayan abordado desde la conexión emocional o hemos olvidado la intensidad con la que vivimos aquella época, puede ponerlo todo patas arriba. Pero no te preocupes: de ahí también se sale. Carmina Benamunt, coach y mentora familiar, ofrece estrategias sencillas basadas en la escucha activa, la empatía y la reconexión con nuestro adolescente interior con las que las familias aprenderán a acercarse a sus hijos con firmeza y flexibilidad. Porque la adolescencia es una oportunidad para crecer juntos y disfrutar de verdad de la persona en la que tu adolescente se está convirtiendo. ¿Qué encontrarás en este libro? Relatos personales basados en las sesiones de mentoría y coaching de Carmina Benamunt. Materiales gráficos, esquemas e ilustraciones y un discurso amable y cercano para poder entender a tu adolescente y cómo acompañarlo. Ejercicios prácticos y sencillos para reflexionar sobre tus dinámicas familiares y qué puedes hacer tú como padre o madre para ayudar y conectar con tu adolescente....



Editorial	BRUGUERA
Materia	[VFV] FAMILIA Y RELACIONES: CONSEJOS, PROBLEMAS Y CUESTIONES RELACIONADAS
EAN	9788402430922
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	150x230x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	13/11/2025