

TU NIÑO INTERIOR



CAPACCHIONE, LUCIA

SINOPSIS

APRENDE A RECONOCER A Y DÉJALO SALIR AL MUNDO

En todos nosotros existe una parte capaz de sentir una gran variedad de emociones y de mostrarse vulnerable, sensible, intuitiva, espontánea, traviesa y creativa. Aunque normalmente permanece oculta bajo nuestra personalidad adulta, esa fracción de nuestro ser, conocida como «niño interior», es la llave de acceso a la intimidad en las relaciones, al bienestar físico y emocional, a la recuperación en caso de adicciones, al entusiasmo en el trabajo y a la creatividad y la sabiduría.

Esta obra de Lucia Capacchione te enseñará a experimentar de forma directa el gran poder que encierra tu niño interior, ya que lograrás acceder a sus emociones y a su capacidad de asombro mediante ejercicios de escritura y dibujo con tu mano no dominante. A lo largo de estas páginas encontrarás decenas de actividades prácticas que te ayudarán a aceptar a tu niño vulnerable y a tu niño enfadado, que te descubrirán al padre nutritivo que hay en ti y que te abrirán las puertas al niño creativo y mágico, cuya fuente inagotable de sabiduría y felicidad te ayudará a sanar tu vida....



Editorial	GAIA
Materia	[VSPM] AFIRMACIÓN PERSONAL, MOTIVACIÓN, AUTOESTIMA Y ACTITUD MENTAL POSITIVA
EAN	9788411081900
Status	Disponible
Páginas	352
Tamaño	210x145x181 mm.
Peso	440
Precio (Imp. inc.)	18,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	06/11/2025