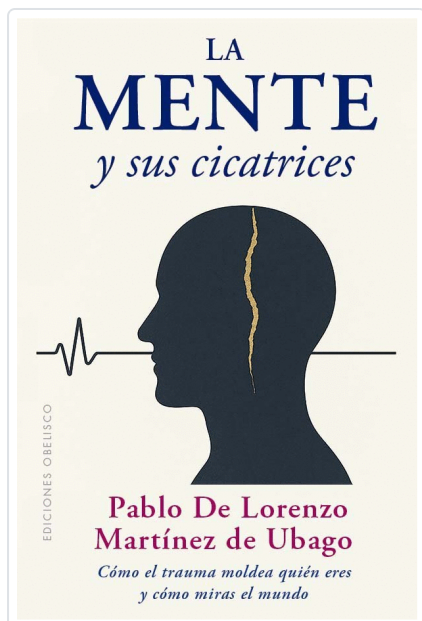


MENTE Y SUS CICATRICES, LA



LORENZO MARTÍNEZ DE UBAGO, PABLO DE

SINOPSIS

¿Alguna vez te has preguntado por qué te hablas con dureza o por qué ciertas heridas siguen abiertas?

La mente y sus cicatrices te invita a un viaje íntimo a través del trauma, el apego, las adicciones y el dolor emocional. Pablo de Lorenzo, psicólogo y divulgador, adapta sus podcasts en conversaciones y ensayos terapéuticos que te ayudarán a entender cómo se forma tu percepción del mundo y de ti mismo. Con un lenguaje cercano y reflexivo, descubrirás:

- Cómo se construye el trauma complejo desde la infancia.
- Qué mecanismos psicológicos usamos para sobrevivir al abandono emocional.
- Estrategias para afrontar el dolor y avanzar hacia la recuperación.

Una obra para leer, sentir y sanar, con la calidez de quien ha escuchado muchas historias y quiere ayudarte a reescribir la tuya....



Editorial	OBELISCO
Materia	[VS] AUTOAYUDA, DESARROLLO PERSONAL Y CONSEJOS PRÁCTICOS
EAN	9788411723565
Status	Disponible
Páginas	168
Tamaño	0x2109x0 mm.
Peso	309
Precio (Imp. inc.)	16,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	10/03/2026