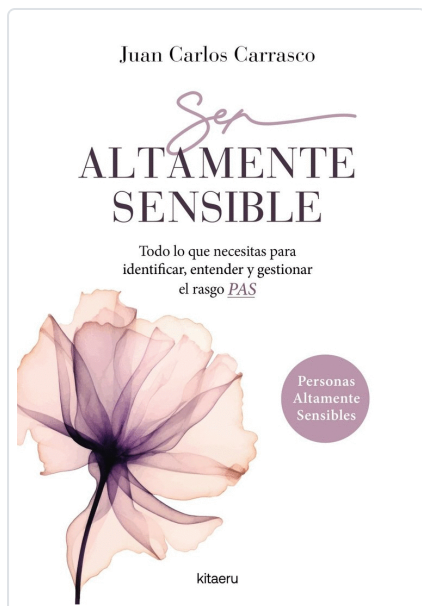


SER ALTAMENTE SENSIBLE

CARRASCO GARCÍA, JUAN CARLOS



SINOPSIS

Una de cada cinco personas es altamente sensible. Muchas lo son sin saberlo, viviendo con grandes dudas, sintiéndose incomprendidas y con la sensación de no encajar en este mundo. En "Ser altamente sensible", Juan Carlos Carrasco pone al alcance de todos, una guía práctica para identificar, entender y gestionar la alta sensibilidad. Basado en su experiencia personal, profesional y en estudios científicos, el autor ofrece herramientas sencillas para transformar la sensibilidad de procesamiento sensorial en un medio que permita desarrollar plenamente las capacidades únicas y personales de cada PAS.

Este libro es imprescindible tanto para quienes se identifican como personas altamente sensibles y desean eliminar sus dudas e integrar el rasgo, como para familiares, amigos y profesionales que quieren comprenderlas mejor. Con una visión lógica y racional, Juan Carlos Carrasco desmonta los mitos, aclara conceptos y muestra el camino para convertir la alta sensibilidad en un motor de crecimiento personal, que permitirá a las personas altamente sensibles encontrar su esencia dejándose ser.

...



Editorial	ANAYA FONDO
Materia	[JMQ] PSICOLOGÍA: EMOCIONES
EAN	9788410428416
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	230x155x0 mm.
Peso	439
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	09/04/2026