

DEMASIADO SENSIBLE PARA SER FELIZ?



TOMASELLA, SAVERIO

SINOPSIS

¿Te han dicho alguna vez que te tomas las cosas demasiado a pecho o que lloras con facilidad? ¿Que reaccionas con intensidad o, por el contrario, que te cuesta expresar lo que sientes? Si te reconoces en estas palabras, es posible que seas altamente sensible.

Las personas altamente sensibles viven las emociones con más intensidad: son empáticas, intuitivas y creativas, pero también pueden sentirse desbordadas, incomprendidas o heridas con facilidad. Sus experiencias pasadas y presentes se acumulan, haciendo que el día a día resulte más complejo. Pero ¿ser demasiado sensible significa no poder ser feliz?

Este libro propone un cambio de mirada: no se trata de controlar las emociones, sino de aprender a vivirlas; de comprender la alta sensibilidad y transformarla en una fortaleza. Porque la sensibilidad no es una debilidad, sino una expresión profunda de nuestra humanidad y una posible fuente de equilibrio, creatividad y felicidad....



Editorial	PLANETA
Materia	<Genérica>
EAN	9788408321026
Status	Disponible
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	17/06/2026