CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO



RANDO, THERESE A.

SINOPSIS

Cuando muere alguien a quien amas, necesitas algo más que consuelo: precisas un mapa

Este libro te acompaña -con rigor y cercanía- para entender qué es el duelo, por qué te sacude en lo emocional, social y físico, y cómo trabajar activamente para vivir de nuevo. Descubrirás cómo cambian tus vínculos, tu identidad y tu día a día; aprenderás a desmontar mitos que estorban y a crear rituales que curan; encontrarás orientación clara para atravesar desde la evitación hasta la acomodación sin culpas innecesarias.

- Estrategias concretas para momentos críticos y fechas señaladas

- Guía específica por tipo de pérdida y contexto familiar

- Cuándo pedir ayuda profesional y dónde encontrarla

Una brújula práctica para transformar la ausencia en presencia significativa....

Editorial	OBELISCO
Materia	[VFJX] HACER FRENTE / ASESORARSE SOBRE LA MUERTE Y EL DUELO
EAN	9788411723862
Status	Disponible
Encuadernación	Tapa dura
Páginas	432
Tamaño	235x2329x29 mm.
Peso	632
Precio (Imp. inc.)	22,00€
Idioma	Español