

AMOR NO TE QUIERE PERFECTA, EL (ZENITH)



@NEURONASDEL CORAZON.PSICOLOGA E,
GATHA ARMSTRONG

SINOPSIS

Una guía inspiradora para descubrir cómo tus miedos e inseguridades son tus mejores aliados para encontrar el amor y construir un vínculo real. ¿En qué momento aprendiste que el amor se gana, que hay que demostrar constantemente que vales la pena? Pocas cosas dan más vértigo que ser una misma y decir lo que sientes cuando empiezas a conocer a alguien. Especialmente en tiempos de amor a través de apps, likes y vínculos marcados por el ghosting, el breadcrumbing o el benching, que te empujan a protegerte, a fingir seguridad, a desear sin decirlo y a esconderte detrás de una coraza para evitar el rechazo. Pero esa misma coraza es la que te aleja de la conexión que deseas.

La psicóloga Agatha Armstrong (@neuronasdelcorazon.psicologa) te invita a desmontar la fachada que has aprendido a levantar para protegerte, o para gustar. Porque, hoy en día, conectar de verdad con alguien es un acto de valentía. No se trata de intercambiar experiencias, ni de encajar en un ideal perfecto, sino de atreverte a mostrarte tal como eres: con tus ilusiones, pero también con tus dudas, miedos e inseguridades. A través de casos reales y ejercicios prácticos, este libro muestra que, cuando dejas de esconder estas emociones incómodas, puedes construir vínculos más conscientes, auténticos y profundos.

La autora te acompaña en un recorrido transformador para que consigas disfrutar de un amor real, presente y sin perfeccionismos....



Editorial	PLANETA
Materia	[VFVG] CITAS, RELACIONES, CONVIVENCIA Y MATRIMONIO: CONSEJOS Y PROBLEMAS Y CUESTIONES RELACIONADAS
EAN	9788408319504
Status	Disponible
Páginas	2560
Tamaño	15x230x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	27/05/2026