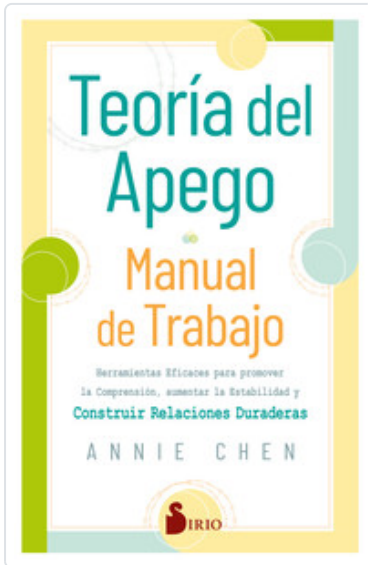


# TEORIA DEL APEGO. MANUAL DE TRABAJO. HERRAMIENTAS EFICACES



CHEN, ANNIE

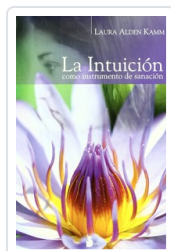
## SINOPSIS

¿Obtienes lo que deseas de tus relaciones más cercanas? ¿Qué pasos específicos puedes dar para desarrollar vínculos más felices y sanos? Si eres como la mayoría, las respuestas a esas preguntas podrían no ser evidentes. Este cuaderno de ejercicios, basado en un área de la psicología llamada teoría del apego, está diseñado para ayudarte a responder a esas preguntas y trabajar para crear relaciones más plenas y seguras con las personas que más te importan. Con la ayuda de herramientas y estrategias eficaces, descubrirás tu estilo de apego personal y el papel que tiene en la forma de relacionarte con tu pareja, padres, hermanos y amistades más cercanas. En sus páginas encontrarás sabios consejos para enfrentarte a los retos y explorar las posibilidades para lograr un cambio real en aquello que te está generando sufrimiento y tensión y está impidiendo que tus relaciones sean sanas y duraderas. ...



Editorial	SIRIO
Materia	FAMILIA Y RELACIONES
Colección	LIBROS SIRIO
EAN	9788419685292
Status	Disponible
Páginas	256
Tamaño	135x210x mm.
Peso	200
Precio (Imp. inc.)	13,50€
Fecha de lanzamiento	02/05/2024

## Títulos relacionados



INTUICION COMO INSTRUMENTO SANACION  
ALDEN, LAURA



CURAR EL CUERPO ELIMINAR DOLOR  
SARNO, JOHN



LA RAÍZ DEL CHI KUNG CHINO  
YANG, JWING-MING



QIGONG SALUD Y ARTES MARCIALES  
YANG, JWING-MING