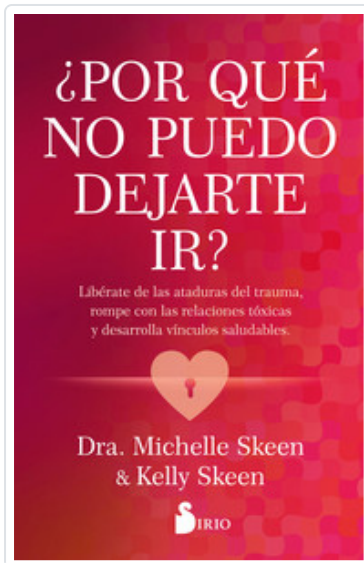


# POR QUE NO PUEDO DEJARTE IR



AA.VV.

## SINOPSIS

¿Te sientes bloqueado en una relación tóxica de la que no puedes salir? ¿Encuentras excusas para la conducta abusiva y dañina de tu pareja? ¿Has intentado acabar con la relación, pero has cambiado de opinión debido a disculpas que no era sinceras y promesas vacías? Si es así, podrías estar atrapado o atrapada en una relación basada en vínculos traumáticos —un apego nocivo con alguien que te causa daño físico o emocional—. El abuso, el rechazo o el abandono en la infancia con frecuencia sientan las bases para este tipo de relaciones. Pero esto no significa que no puedas cambiar y sanar tu manera de amar. En *¿Por qué no puedo dejarte ir?*, la experta en relaciones Michelle Skeen te ayuda a identificar tu estilo de apego, así como las creencias fundamentales y los patrones de conducta dañinos que te mantienen estancado en relaciones tóxicas. Aprenderás habilidades que te ayudarán a liberarte de las relaciones basadas en vínculos traumáticos, superar la falta de confianza en ti mismo, alcanzar una mayor autoconciencia, y desarrollar la seguridad necesaria para avanzar en la vida. Por último, encontrarás validación, apoyo, y guía para crear las relaciones cariñosas y recíprocas que te mereces. ...



Editorial	SIRIO
Materia	PSICOLOGIA POPULAR
Colección	LIBROS SIRIO
EAN	9788419685933
Status	Disponible
Páginas	284
Tamaño	135x210x mm.
Peso	300
Precio (Imp. inc.)	13,95€
Fecha de lanzamiento	27/08/2024

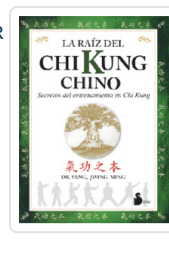
## Títulos relacionados



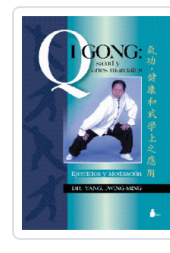
INTUICION COMO INSTRUMENTO SANACION  
ALDEN, LAURA



CURAR EL CUERPO ELIMINAR DOLOR  
SARNO, JOHN



RAIZ DEL CHI KUNG CHINO  
YANG, JWING-MING



QIGONG SALUD Y ARTES MARCIALES  
YANG, JWING-MING