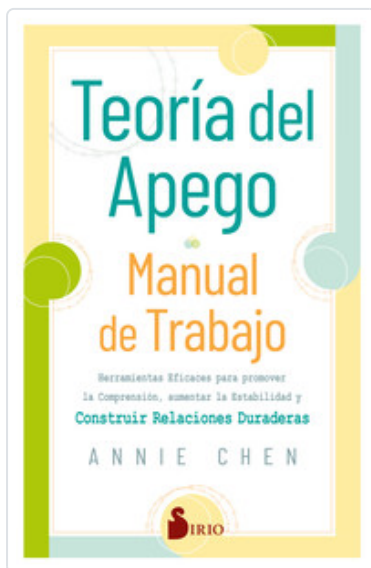


# TEORIA DEL APEGO. MANUAL DE TRABAJO. HERRAMIENTAS EFICACES



CHEN, ANNIE

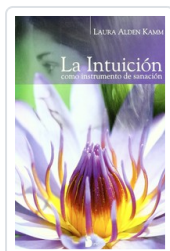
## SINOPSIS

¿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  
Escrito por el autor de 'Chi Kung'  
RAIZ DEL CHI  
KUNG CHINO  
YANG, JWING-MING



QIGONG SALUD Y  
ARTES  
MARCIALES  
YANG, JWING-MING