

Tu nueva forma de amar

Libérate de los bucles que dañan tus relaciones

David

Editorial: Rigden

ISBN: 9791399119909

Páginas: 384

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €



SINOPSIS

Aprende a amar, vivir y relacionarte con más seguridad, libertad y conciencia, y transforma tus heridas emocionales en vínculos sanos ¿Por qué el amor ilusiona tanto al principio y después duele? ¿Por qué algunas relaciones generan ansiedad, distancia o dependencia? En *Tu nueva forma de amar*, David Blanco te invita a descubrir qué hay detrás de esos patrones que se repiten una y otra vez en la pareja. Con un lenguaje claro, cercano y lleno de ejemplos reales, esta obra te ayuda a identificar tu estilo de apego, comprender tus reacciones emocionales y entender por qué amas como amas.

Este libro es una guía práctica para transformar tu manera de relacionarte. A través de ejercicios sencillos, situaciones cotidianas y claves terapéuticas, aprenderás a gestionar los conflictos, fortalecer la intimidad, poner límites con amor y construir relaciones más seguras y equilibradas. *Tu nueva forma de amar* está dirigido a quienes desean vivir el amor con más calma, autenticidad y plenitud, creando vínculos que sumen bienestar y crecimiento personal.