



El equilibrio emocional

/

Menéndez, Isabel (
Menéndez Álvarez)

Espasa-Calpe,
2011

Monografía

Nuestra falta de control sobre el mundo emocional nos hace sentir muy vulnerables. Quizá sea esta una de las razones por las que es difícil profundizar en él. Este libro lo consigue, pues se adentra en nuestro psiquismo para entender cómo conducimos nuestra vida, qué nos lleva a perder la estabilidad y qué podemos hacer para recuperarla. El libro se dirige a todas las mujeres que deseen escucharse, reconocer sus inquietudes y formular las preguntas que les aproximen a entender lo que se oculta tras algunos conflictos que sufren. El equilibrio emocional se alcanza cuando conseguimos ser razonablemente felices

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMjY1ODk4Ng>

Título: El equilibrio emocional Isabel Menéndez

Edición: 1ª ed. en Colección Booket

Editorial: Madrid Espasa-Calpe 2011

Descripción física: 310 p. 23 cm

Mención de serie: Prácticos. Vivir mejor 4128

Bibliografía: Bibliografía: p. 309-310

Copyright/Depósito Legal: M 39463-2010

ISBN: 978-84-670-3582-7

Materia: Afectividad- Trastornos Affective disorders Mujeres- Psicología Women- Psychology

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es