

# Cómo superar una ruptura con el pensamiento: La guía para superar el desamor y salir fortalecido (Spanish Edition)

## # La guía para superar el desamor y salir fortalecido.

Aprende a convertir tu pérdida en una ganancia.

Ya disponible en papel en Amazon: <http://goo.gl/5H9m7S>

¿Qué vas a lograr con esta guía?

- **Respuestas a tus porqués..** Comprende con profundidad por qué tu relación llegó al final: sin buscar culpables, pero conociendo las variables que influyeron.
- **Eliminar las falsas ayudas..**Deja de autoengañarte, que no te cuenten cuentos que retrasan la elaboración del duelo.
- **Duelo sin sufrimiento.** Aprende a gestionar el dolor inevitable y a eliminar el sufrimiento opcional.
- **Aprendizaje.** Dale un sentido a tu ruptura y obtén de ella un aprendizaje con el que salgas más fortalecido.
- **Pensamiento positivo** Identifica y rebate los pensamientos distorsionados dañinos acerca de tu ex, el amor y las relaciones.
- **Ayuda para decir adiós.**Deja marchar mentalmente a tu ex y despídete sin rencor y con aceptación
- **Disfruta por fin de tu vida.**Diseña un nuevo proyecto con nuevos vínculos, actividades, pasiones y hábitos saludables.

Información sobre la autora en: [www.comosuperarunaruptionconelpensamiento.com](http://www.comosuperarunaruptionconelpensamiento.com)

**Patricia Córdoba Alvarez** (Psicóloga y coach)

Nací en Madrid (España). Me licencié en Psicología en la Universidad Autónoma de Madrid en el año 2000, y desde entonces he hecho de la Psicología Clínica y Educativa mi principal campo de actuación profesional.

He trabajado con parejas en crisis, con corazones rotos tras una ruptura traumática, con dependientes emocionales, con “los dejados” y “los dejadores”.

**He trabajado con personas que sufrían como tú.**

Hoy en día, recibo decenas de emails y comentarios semanales en **mi Blog con más de 95.000 visitas mensuales** ([www.tupsicologia.com](http://www.tupsicologia.com)), sobre personas que están pasando por lo mismo que tú.

Con este libro doy respuesta a muchas de las preguntas que diariamente me formulan quienes sufren por desamor.

Actualmente, paso consulta presencial y online como **Psicoterapeuta, Coach y facilitadora del cambio** en **TuPsicologia.com**.

Cómo superar una ruptura con el pensamiento: La guía para superar el desamor y salir fortalecido (Spanish Edition) por Patricia Córdoba Alvarez fue vendido por £3.95 cada copia. Contiene 154 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : Cómo superar una ruptura con el pensamiento: La guía para superar el desamor y salir fortalecido (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: April 7, 2016
- Número de páginas: 154 páginas
- Autor: Patricia Córdoba Alvarez

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Cómo superar una ruptura con el pensamiento: La guía para superar el desamor y salir fortalecido (Spanish Edition) en línea. Puedes leer Cómo superar una ruptura con el pensamiento: La guía para superar el desamor y salir fortalecido (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

## **12 Libros De Crecimiento Personal Para Leer En El 2017**

4. Cómo superar una ruptura con el pensamiento. Cómo superar una ruptura con el pensamiento: Guía para vencer el desamor y salir fortalecido por ...

### **Libro**

El libro comprendido como una unidad de hojas impresas que se encuentran encuadernadas en determinado material que forman un volumen ordenado, puede ...

### **Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria**

Web oficial de la Universidade da Coruña. Enlaces a centros, departamentos, servicios, planes de estudios.