

CIARA MOLINA

Emociones expresadas, emociones superadas

Una guía para lograr el equilibrio psicológico
a través de la gestión de nuestras emociones



Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones

Ciara Molina

Download now

Read Online ➔

Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones

Ciara Molina

Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones Ciara Molina

En *Emociones expresadas, emociones superadas* encontrarás una fantástica guía con la que aprenderás a navegar en el mar de las emociones. En ella Ciara Molina expone, de manera amena y sencilla, cómo pensamiento, emoción y conducta son eslabones de la misma cadena. A través de relatos, técnicas y ejercicios prácticos descubriremos como todo lo que uno necesita para ser feliz se encuentra en uno mismo. Conceptos como aceptación, asertividad, actitud y respeto serán la clave que nos conducirá hacia tan ansiado equilibrio. ¿Empezamos el viaje?

Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones Details

Date : Published April 11th 2017 by Zenith (first published October 15th 2013)

ISBN :

Author : Ciara Molina

Format : Kindle Edition 240 pages

Genre :

 [Download Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía pa ...pdf](#)

 [Read Online Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía ...pdf](#)

Download and Read Free Online Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones Ciara Molina

From Reader Review Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones for online ebook

Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Emociones expresadas, emociones superadas: Una guía para lograr el equilibrio psicológico a través de la gestión de nuestras emociones Ciara Molina books to read online.