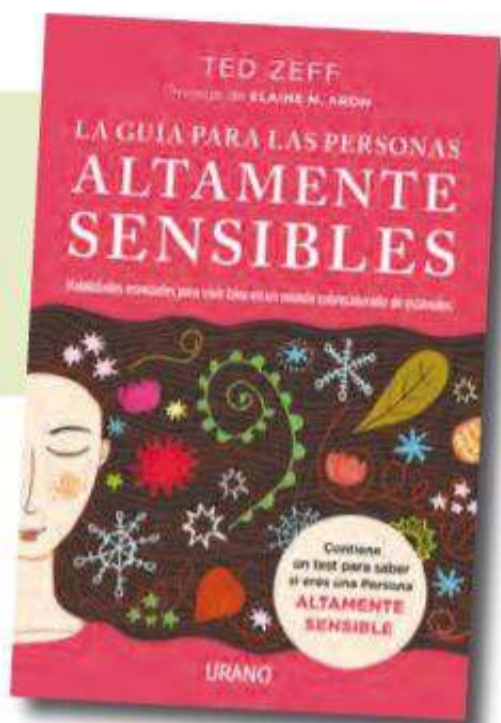


LA GUÍA PARA PERSONAS ALTAMENTE SENSIBLES

Ted Zeff

Urano, traducción de Silvia Alemany, 240 pp., 17 €



¿Soportas mal el ruido, las luces brillantes y el caos? ¿Te agobian las multitudes, llevas mal las prisas, tiendes a captar detalles que los demás no advierten?

Actualmente hay un veinte por ciento de la población considerada «altamente sensible», una condición que empieza a ser reconocida por la medicina y la sociedad. Ted Zeff, doctor en Psicología por el Instituto de Estudios Integrales de California, ha dedicado buena parte de su carrera a estudiar este rasgo para tratar de encajarlo en una sociedad que prioriza la agresividad y la competitividad. Este novedoso manual busca acompañar a las personas altamente sensibles (PAS) en el proceso de comprender y apreciar su singularidad, así como explicar las herramientas que necesita una PAS para recuperar el equilibrio de cuerpo, mente y alma. Un viaje hacia la armonía interior para vivir, desarrollarse y relacionarse con serenidad como persona altamente sensible.

LA CARA POSITIVA DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS

Isabel Sales

Amat, 184 pp., 17,95 €



¿Te gustaría ser una persona más alegre pero no lo consigues? ¿Tus enfados podrían hacer-te perder el control?

¿Necesitas tomar decisiones pero te paralizan los miedos? En la era de la psicología positiva, parece que debemos ocultar las emociones negativas, pero estas forman parte del ser humano y nos ofrecen un camino seguro a la felicidad si sabemos entender su mensaje.

La autora nos invita a explorar las cuatro emociones negativas básicas (tristeza, miedo, ira y asco) y nos ofrece una serie de herramientas para gestionarlas y utilizarlas a nuestro favor.

Tarot
ALICIA GALVÁN[®]
aliciagalvan.com

922 679 362
806 517 517

Coste Máximo 806 : 1,21 € / minuto red fija, 1,57 € / minuto red móvil. iva incluido. mayores de 18 años. Alejada S. L., Apartado de correos 145. Código Postal 38200. Santa Cruz de Tenerife. Servicio de Ocio y Entretenimiento.

Videntes VIP 

Consulta con Videntes Españolas
Galardonadas con prestigiosos premios internacionales

Elsa **806 495 662**
Patricia
Belén **984 141 005**
Encarni
Marta **Llama y pregunta por la OFERTA**

Coste Máximo €/min: Red fija: 1,21. Red móvil: 1,57 IVA incluido. Mayores 18 años. Videntes VIP. Apartado de Correos 7. 46110 Valencia

TAROT Y VIDENCIA MILA CORTES 

Confianza y honestidad **806 511 534**
VISA ECONÓMICA 

954 305 447

Atiendo personalmente y te ofrezco una consulta personalizada y reveladora

XED 42, RMO 57 +18 IVA INC +18 AP 028, 08532 BCN

TAROT Y VIDENCIA Rosa Romel

Te garantizo que recuperarás la felicidad perdida

25 años tendiendo la mano, soy honesta, ante todo

806 474 472
Visa económica 

919 99 13 05

Coste 806; R.F. 1,21 €/min; R.M. 1,57 €/min IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio prestado por MICA S.L. Apartado de correos 309 - 38670 Tenerife