

WALTER RISO

DESAPEGARSE SIN ANESTESIA

Cómo fortalecer
la independencia
emocional

Planeta



Desapegarse sin anestesia

Walter Riso

Fortalece tu independencia emocional

El psicólogo Walter Riso nos explica en qué consiste el apego y sus causas, y nos proporciona las claves para enfrentarlo y prevenirlo, sin perder la pasión por alcanzar nuestros sueños y metas personales. Mediante un lenguaje claro, con ejemplos y casos concretos, el autor nos invita a fortalecer la independencia emocional y crear un estilo de vida más libre y saludable. Riso nos presenta una obra ambiciosa en la línea de su bestseller *¿Amar o depender?*, en la que nos invita a fortalecer la independencia emocional para encontrar nuestro verdadero camino en la vida.

Fecha de publicación:

15/07/2020

Sello Editorial:

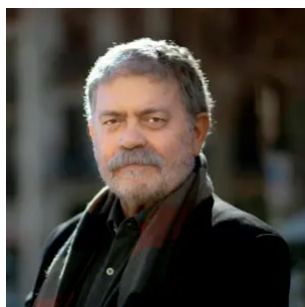
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe



Walter Riso

(Nápoles, 1951) Es doctor en psicología, especialista en terapia cognitiva y maestro en bioética. Desde hace treinta años trabaja como psicólogo clínico y formador de terapeutas, práctica que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria en Latinoamérica y España, y la publicación de textos científicos y de divulgación en diversos medios.

Sus libros han cumplido el propósito de crear estilos de vida saludables en diversos ámbitos y han sido traducidos a trece idiomas.

Para más información: www.walter-riso.com