



OBRA RECOMENDADA POR TERAPEUTAS, DE LA AUTORA DE REFERENCIA SOBRE TRAUMA Y RELACIONES FAMILIARES



La autora

La doctora **Lindsay C. Gibson** ejerce como psicóloga clínica en su consulta privada, y se ha especializado en la psicoterapia individual con hijos e hijas adultos de padres emocionalmente inmaduros. En el pasado, trabajó como profesora adjunta de psicología impartiendo cursos de posgrado en el College of William and Mary y en la Old Dominion University de Norfolk, Virginia. Escribe una columna mensual sobre bienestar emocional en la revista Tidewater Women y es autora, entre otros libros de *Hijos adultos de padres emocionalmente inmaduros*. Vive y ejerce su profesión en Virginia Beach, Virginia.



Título: *Padres y madres emocionalmente inmaduros*.
Subtítulo: *Cómo sanar y superar las secuelas*.
Autora: Lindsay C. Gibson
P. sin IVA: 13,41 € PVP: 13,95 €
Tamaño: 13,5 x 21 cm Nº págs: 324
TEMA: VSP BISAC: SEL043000
Encuadernación: Rústica Categoría: B
ISBN: 9788419105738

CLAVES DE VENTA

- ✓ **Lindsay Gibson** se ha convertido en un fenómeno de ventas después de que Nicole Lepera la nombrara su autora de referencia.
- ✓ El tema del **trauma** es máxima tendencia en psicoterapia.
- ✓ Libro **recomendado** por terapeutas.
- ✓ *Hijos adultos de padres emocionalmente inmaduros* se encuentra en el TOP 100 del ranking global de **Amazon**.
- ✓ Esta secuela del **bestseller** de la autora incluye efectivas **herramientas** para protegerse del control emocional, reafirmar límites y necesidades y liberarse del control coercitivo de los padres emocionalmente inmaduros.

TAGS

PSICOTERAPIA // AUTOCUIDADO // DEPRESIÓN
ANSIEDAD // IRA // PÁNICO // ABANDONO
PSICOLOGÍA // TERAPIA // TRAUMA // APEGO
RELACIONES FAMILIARES // TERAPIA SISTÉMICA
INFANCIA // RELACIONES
DEPENDENCIA EMOCIONAL



9 788419 105738

Sinopsis

Creer con unos padres emocionalmente inmaduros puede hacer que te sientas solo, confundido y abandonado. Es posible que luego, en la edad adulta, te resulte difícil poner límites, expresar tus sentimientos o establecer relaciones sanas, y que tu padre o tu madre, ya mayores, sigan quitando importancia a tu experiencia interior o burlándose de tus emociones socavando tu sentido de autonomía. ¿Quieres recuperarte del comportamiento egocéntrico y dañino de tu padre o tu madre y volver a ser dueño de tu vida emocional? La autora de *Hijos adultos de padres emocionalmente inmaduros* te ofrece en este nuevo libro una diversidad de potentes herramientas que te ayudarán a sanar y liberarte del control coercitivo de tus padres y otras personas emocionalmente inmaduras. Aprenderás a poner límites claros, a confiar en el valor de tus sentimientos y a defender tu autonomía emocional en todas las relaciones. Si estás decidido, decidida, a no soportar más comportamientos inmaduros e hirientes, y a dejar atrás el miedo a las críticas y los castigos que te inculcaron tu padre o tu madre emocionalmente inmaduros, este libro te ayudará a descubrir la libertad para vivir (tu vida), al fin, a tu manera.

Libros relacionados:

