



Fecha de publicación:
26/03/2021

Sello Editorial:
Alenta Editorial

Contacto de prensa

Nombre: María José Bertrán

Email: mjbertran@planeta.es

Nombre: Júlia Llaó

Email: julia.lao@planeta.es

10 obstáculos que te impiden ser feliz

Irene López

Porque el cambio que necesitas en tu vida comienza desde dentro.

Quizás no entiendas el porqué de esa sensación, no encuentres una razón para ello o incluso te parezca que lo tienes todo para ser feliz: un buen trabajo, amigos, una familia que te quiere. Y sin embargo... algo falla.

Durante sus más de veinticinco años de profesión, Irene López Assor ha adquirido un profundo conocimiento de la psicología humana y ha tratado a cientos de pacientes, observando en ellos ciertos patrones que se repetían. Todo ello le ha permitido identificar los diez obstáculos principales que se interponen entre nosotros y nuestra felicidad.

En este audiolibro, narrado por la autora, descubrirás cuáles son estos obstáculos, qué características tienen, por qué surgen y cuáles son sus consecuencias para tu vida. Con su ayuda, descubrirás por qué actúas de la manera en que lo haces, aprenderás a identificar tus propios obstáculos y conocerás todas las herramientas necesarias para superarlos por ti mismo.

Superarlos y lograr con ello una vida plena depende de ti: ¿estás preparado para llegar al fondo de tus problemas y lograr un cambio real en tu vida?

Irene López

Irene López Assor es psicóloga, grafóloga y divulgadora en diversos medios de comunicación. Experta en psicología biológica de la salud y en terapia familiar sistémica. Desde hace más de veinticinco años ejerce la práctica privada de la orientación psicológica en niños, adolescentes y adultos, así como la asesoría en RRHH para empresas.

Es la fundadora de Lopez-Assor Consultores, especializada en la asesoría en el ámbito de la psicología, donde ha desarrollado las marcas Babylon (consultoría en el ámbito educativo) y Escrit Grafología (pericias caligráficas e informes grafológicos de personalidad).

Lleva más de doce años en medios de comunicación, radio, prensa y televisión, como colaboradora en programas de actualidad y sucesos como Las mañanas de Cuatro, El programa de Ana Rosa, Espejo Público, Detrás de la verdad o La hora de la 1. También en programas de entretenimiento de máxima audiencia como Sálvame Diario o Sábado Deluxe.

En la actualidad, centra sus energías en el podcast «Un ratito con Irene», del que es creadora y presentadora. También es autora de los libros *Grafología para la felicidad* (2015), *Mariela. La magia de ser uno mismo* (2019) y *El puzzle de la muerte* (2019).