Image not found or type unknown

Cómo superar una ruptura

Michèle Loetzner

Fecha de publicación: 16/06/2021

Sello Editorial: Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Un libro práctico y divertido para superar una ruptura amorosa en 99 días.

Te han roto el corazón en mil pedazos, y eso duele muchísimo. Da igual la edad que tengas y si la relación duró dos meses u ocho años, la recuperación tras una ruptura es dura, y siempre sigue un mismo patrón.

No paras de preguntarte: ¿Por qué esto no ha funcionado?, ¿por qué no puedo dejar de pensar en él?, ¿por qué él ya lo ha superado? Y está bien que lo hagas. Solo a través de la autorreflexión conseguirás reestructurar tu cabeza y **recomponer los pedazos de tu corazón.**

Este libro es tu aliado, tu mejor amiga, tu consejero para que te reencuentres tras una ruptura. Y es que los primeros tres meses después de un desengaño amoroso son los más importantes: es en este periodo que te reconciliarás contigo misma y que aprenderás a aceptar tu nueva situación. Dividido en las tres fases posruptura (recordar, compensar, soltar), este libro-cuaderno te guiará a lo largo de los tres meses "después de él" para que, cuando llegues al día 99, solo tengas ilusión ante el nuevo camino y las aventuras que te esperan.

Michèle Loetzner

Michèle Loetzner nació en 1982 en Heidelberg. Estudió literatura, inglés y lingüística en la Universidad LMU de Munich y en la Universidad de Helsinki. Trabaja como periodista independiente y redactora para varios periódicos y revistas alemanas como *Süddeutsche Zeitung*, *SZ Magazine,* P*lan W*, *Die Welt*, *Die Zeit* , *Cosmopolitan*, *Maxi und Julie*, etc. También trabaja como editora de contenidos y desarrollo en las empresas Gruner + Jahr, Burda y Condé Nast.