



Guía para perfeccionistas que quieren perder el control

Kass Morgan

Una guía práctica para reconciliarnos con la perfeccionista que llevamos dentro y pasar del control superficial a un poder real.

Una guía práctica para reconciliarnos con la perfeccionista que llevamos dentro y pasar del control superficial a un poder real.

Si estás cansada de recibir el consejo genérico de «encontrar el equilibrio», este es el nuevo enfoque que necesitas. La ex psicoterapeuta de Google Katherine Morgan Schaffler nos muestra que no tenemos que dejar de ser perfeccionistas para estar sanas, porque el perfeccionismo es un don, no un defecto que debamos esconder. A lo largo de estas páginas, aprenderás a identificar tu propio y singular perfil perfeccionista, y descubrirás cómo manejar esta cualidad para que trabaje en tu favor. Más allá de manejarlo, aprenderás a aceptar e incluso disfrutar de tu perfeccionismo. ¡Sí, disfrutar!

Lleno de historias de mujeres reales y rebosante de humor, empatía y profundidad, este libro es una llamada para que nos atrevamos a querer más sin sentirnos mal por ello.

Fecha de publicación:
11/10/2023

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Kass Morgan

Después de colaborar durante más de 10 años para Lonely Planet, Kate Morgan ha tenido la suerte de trabajar como escritora de viajes en destinos como Shanghái, Japón, India, Zimbabue, Filipinas y Phuket. Ha vivido en Londres, París y Osaka, pero actualmente se ha instalado en una de sus regiones favoritas en el mundo: Victoria (Australia). Además de viajar por el mundo y escribir sobre ello, Kate disfruta pasando tiempo en casa y trabajando como editora autónoma.