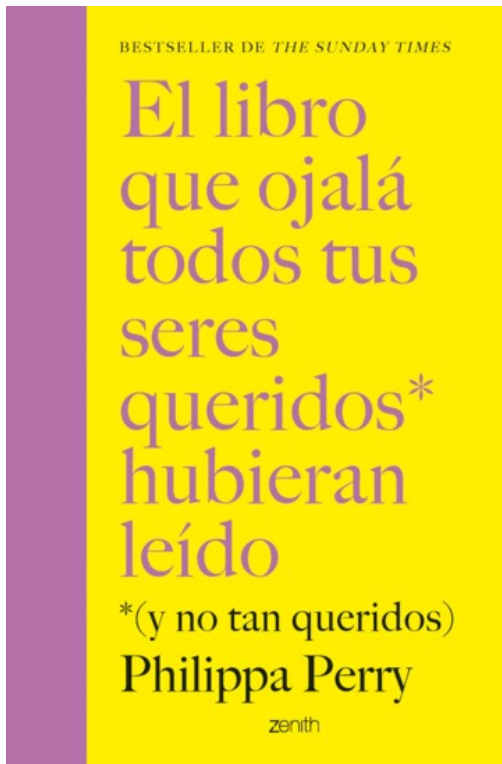




El libro que ojalá todos tus seres queridos hubieran leído

Philippa Perry

Philippa Perry, autora del éxito superventas *El libro que ojalá tus padres hubieran leído*, nos enseña cómo convertirnos en personas más felices y equilibradas aprendiendo sobre la relación que tenemos con nosotros mismos y con los demás.

Philippa Perry, autora del éxito superventas *El libro que ojalá tus padres hubieran leído*, nos enseña cómo convertirnos en personas más felices y equilibradas aprendiendo sobre la relación que tenemos con nosotros mismos y con los demás.

En su nuevo libro, Philippa Perry nos enseña cómo conociendo el sistema de valores y creencias que hemos internalizado desde muy pequeños, podemos mejorar la relación que tenemos con nosotros mismos y aquellos que más nos importan.

Utilizando cuatro ejes —cómo queremos, cómo discutimos, cómo reaccionamos ante el cambio y la pérdida y cómo podemos sentirnos más plenos— la autora nos guía en el camino del autoconocimiento.

Con calidez, astucia y muchos consejos prácticos, Philippa Perry nos guía a través de estas páginas para que nos convirtamos en personas más felices y sabias y generemos vínculos más sanos.

Fecha de publicación:

17/01/2024

Sello Editorial:

Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Philippa Perry

Philippa Perry se formó como psicoterapeuta y ha trabajado en el campo de la salud mental durante más de 20 años. En 2010 publicó una novela gráfica, *Couch Fiction*, que muestra el proceso de la psicoterapia. Es autora del *bestseller* mundial *El libro que ojalá tus padres hubieran leído*, que lleva más de 1,3 millones de ejemplares vendidos y se ha traducido a más de 40 idiomas.

Además de su trabajo como psicoterapeuta, Perry es presentadora de radio y televisión, ha trabajado en varios documentales y escrito otros dos libros. Vive en Londres con su marido, el artista Grayson Perry, con el que tiene una hija, Flo.