

image not found or type unknown



Amar con orgullo

Adrián Gimeno

Fecha de publicación:
12/06/2024

Una guía de psicología afirmativa que nos ofrece las claves para mejorar la gestión emocional, la autoestima y la responsabilidad afectiva en nuestros vínculos.

Sello Editorial:
Zenith

Una guía de psicología afirmativa que nos ofrece las claves para mejorar la gestión emocional, la autoestima y la responsabilidad afectiva en nuestros vínculos.

Contacto de prensa

«Este libro es un abrazo al corazoncito de todas aquellas personas que la sociedad decidió que no encajaban en la norma, y una lectura obligatoria para todas las demás. Una obra para entender, sanar y construir.» Elizabeth Clapés (@esmipsicologa)

Nombre: Paloma Cordón

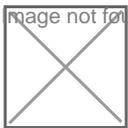
«Negar que gais, lesbianas, personas de género no binario, personas trans o cualquier forma de diversidad identitaria hemos sufrido de una forma u otra el rechazo o la humillación durante nuestro desarrollo emocional es como negar que el sol sale cada mañana. En la edad adulta, estas heridas harán su aparición interfiriendo en cómo cada uno viva su propia identidad y la manera en que la incorpore y se relacione a partir de ella.»

Teléfono: 93 492 86 33

Email:
pcordon@planeta.es

Adrián Gimeno, psicólogo especializado en la salud mental LGTBQ+, nos invita en estas páginas a explorar las particularidades y desafíos que enfrentan las identidades que escapan de la norma. Este libro nos ofrece un nuevo prisma desde el que mirarnos y brinda herramientas para sanar las heridas del pasado, aceptar y gestionar nuestras emociones y construir relaciones saludables. Porque poner nombre a nuestras vivencias genera un punto de vista común, que atraviesa tanto a las personas que habitan el colectivo como a las que no, para romper las barreras y los estereotipos y ser quienes realmente somos, sin etiquetas y con mucho amor.

image not found or type unknown



Adrián Gimeno

Adrián Gimeno es psicólogo general sanitario y psicoterapeuta integrador especializado en conducta alimentaria y psiconutrición, gestión emocional, autoconocimiento y psicología afirmativa LGTBQ+. Desde hace más de doce años compagina la psicoterapia en procesos individuales y grupales con la docencia y la divulgación en salud mental. Como hombre gay, ha tenido que vivir en primera persona el rechazo y la crítica por no encajar en lo que se supone que tenía que ser. Sus propias experiencias y las de las personas a quienes ha acompañado en terapia lo llevaron de manera orgánica a formarse en psicología afirmativa LGTBQ+ para atender las particularidades que existen en la construcción de la identidad en las personas LGTBQ+. Siempre ha defendido la importancia de ser de verdad, de compartirnos desde dentro y aprender a disfrutar de lo que somos, y cree firmemente en el poder sanador de las personas, en la capacidad innata de hacer comunidad y de sostenernos en los procesos que tiene la vida.

[@adri.gimeno](https://twitter.com/adri.gimeno)

www.adriangimeno.com