



Fecha de publicación:
04/06/2025

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Todo empieza con un match

Jeff Guenther

Una guía muy divertida con claves psicológicas para aprender a disfrutar de las citas sin dejar de ser quien eres.

Una guía muy divertida con claves psicológicas para aprender a disfrutar de las citas sin dejar de ser quien eres.

Si alguna vez te has preguntado «¿Por qué no puedo encontrar el tipo de relación que anhelo?», «¿Estoy bien como para estar en una relación?», «¿Cómo saber si esta persona vale mi tiempo?» o la más importante de todas, «¿Esto de ligar *online* vale la pena?», ¡felicidades!, tienes el libro correcto en tus manos.

Gracias a esta guía sobrevivirás al amor moderno y aprenderás a comunicar tus necesidades afectivas sin dejar de serle fiel a lo que eres. ¿Cuántas veces has escuchado el mito de que para amar a alguien primero debes amarte a ti mismo? Aquí romperás con esa idea, pues el amor propio es un largo camino y no tenemos que esperar a terminarlo para amar a otra persona y, mucho menos, para que alguien nos ame así como somos.

Ya sea que estés buscando pareja, explorando tus vínculos y tu sexualidad, o tratando de descubrir qué *app* vale la pena y cuáles ya pasaron de moda, en este libro encontrarás el camino para que tus citas sean algo que valgan invertir tiempo.

¡Prepárate no solo para tener éxito en las citas, sino también para pasarlo bien en el proceso!

Jeff Guenther

Jeff Guenther es psicólogo especializado en terapia matrimonial y familiar y en desarrollo infantil. Tiene más de 15 años de experiencia ofreciendo terapia privada y en escuelas públicas, y ha utilizado diferentes enfoques como la terapia narrativa, la terapia psicodinámica y la terapia cognitivo conductual. En la actualidad, dedica su tiempo libre a hacer videos para TikTok e Instagram, donde ofrece consejos sobre relaciones, sugerencias, charlas motivadoras y otros recursos para divulgar y potenciar la salud mental.

Kate Happ, escritora y editora, es la colaboradora de Jeff desde hace mucho tiempo.