

TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO



RICHARD BENNETT; JOSEPH E. OLIVER

SINOPSIS

El sufrimiento no es una enfermedad, es un bloqueo. En un mundo obsesionado con la felicidad artificial, la ACT surge como una revolución conductual: no busques «sentirte mejor», aprende a «sentir mejor». Esta guía esencial de Bennett y Oliver desglosa 10...



Editorial	MENSAJERO, EDICIONES
Materia	PSICOLOGIA
Colección	FONDO GENERAL
EAN	9788427151185
Status	Disponible
Páginas	296
Tamaño	150x220x0 mm.
Peso	420
Precio (Imp. inc.)	25,00€
Fecha de lanzamiento	10/03/2026

Títulos relacionados

	FILOSOFIA, LA. VV. AA.		MATEMATICAS, LAS. VV. AA.		DROGA SIN TAPUJOS, LA -		RELATO DEL PEREGRINO -
--	---------------------------	--	------------------------------	--	----------------------------	--	---------------------------