

Marcelo Antoni y Jordi Gil

Prólogo de Mireia Darder

¿De qué te das cuenta?

Vivenciar, reconocer y gestionar.

El darse cuenta es el inicio del cambio.

Este libro, inspirado en el conocido

Awareness de John Stevens, nace con

la intención de ofrecer un mapa teórico

y práctico actualizado a cualquier persona

cercana a la ayuda terapéutica.

comanegra