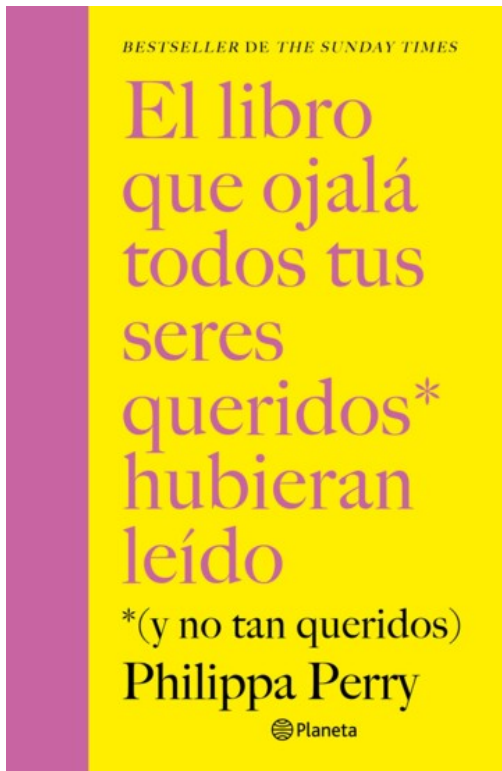




El libro que ojalá todos tus seres queridos hubieran leído

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:
22/11/2025

Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Melissa Moreno Cabrera

Email: mmorenoc@planeta.com.mx

Philippa Perry

Philippa Perry es psicoterapeuta y trabaja en el campo de la salud mental desde hace 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*, con más de 1.3 millones de ejemplares vendidos y traducido a más de 40 idiomas.

Además de su trabajo como psicoterapeuta, Perry es presentadora de radio y televisión, participó en varios documentales y escribió otros dos libros. Vive en Londres con su esposo, el artista Grayso Perry, con quien tiene una hija llamada Flo.