

WALTER RISO

Desapegue-se!

Como se livrar do que nos tira
energia e bem-estar



L&PM EDITORES

Resumo de Desapegue-se

O psicólogo Walter Riso explica o que é o vício e as suas causas, e nos dá as chaves para enfrentar e evitar esse problema, sem perder a paixão para alcançar nossos sonhos e objetivos pessoais.

Através de uma linguagem clara e acessível, com exemplos e casos, o autor convida-nos a reforçar a independência emocional e criar um estilo de vida mais livre e saudável. Walter Riso apresenta um ambicioso trabalho na linha de seu best-seller *Amar ou depender?*, que nos convida a reforçar a independência emocional de encontrar o nosso verdadeiro caminho na vida.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)