



Encuentra la mejor versión de ti mismo en el amor

- *Para aquellos que desean lograr la armonía en el amor, Scribd Coach tiene los mejores consejos a través de una poderosa lista de audio cursos.*

Ciudad de México, 30 de Mayo 2022.- El amor se puede procesar de diferentes formas: amor propio, amor familiar y amor fraterno. Es cierto que como seres humanos siempre queremos estar en armonía con el universo, por lo que probablemente estés buscando consejos para fortalecer cada uno de los pilares de este poderoso sentimiento humano.

Y la búsqueda finalmente tiene una gran recompensa: [Scribd Coach](#), un primer enfoque de audio para el aprendizaje, que ofrece a los usuarios una experiencia única de formato corto que está diseñada para ser consumida en menos de una hora. Actualmente hay 39 cursos disponibles en español y más para unirse en los próximos meses.

Disfruta de la siguiente lista de audio cursos, para encontrar la mejor versión de ti mismo en el amor para expresarlo en todas sus formas con la guía de sus expertos.

[¿Cómo procesar un corazón roto?](#)- Un curso creado en español por Natalia Molina, escritora y psicóloga especializada en prevención del suicidio, te ayudará a sacar lo mejor de estas rupturas. Siempre será difícil superar una ruptura amorosa, una ruptura de hermanos o una ruptura familiar, pero siempre hay motivos para seguir adelante.

[Los pilares del amor propio.](#)- Para estar bien con todos, primero debemos estar bien con nosotros mismos. De esto habla D'Yonna Riley en su audio curso narrado por Tania Martinez. Una guía para desarrollar tu rutina de amor propio a través del autocuidado, la gratitud, la autocompasión y la autoaceptación.

Seguridad en el amor.-Este curso de Ellen Nguyen, escritora y entrenadora de citas, nos enseña cómo tener más confianza en las relaciones románticas. Si estás buscando prosperar en una nueva relación, estás en el lugar correcto. Disfruta la narración de Alondra García.

Y sin duda para mostrar nuestra mejor versión en el amor, es muy importante entender y saber manejar la ansiedad, por eso concluimos que esta selección te ayudará a enfrentar tus miedos.

Supera tus preocupaciones.- Este audiocurso desarrollado por Jennifer Bronsnick y narrado por Tania Martínez es un viaje para calmar la ansiedad y enfocarte en las cosas que realmente merecen tu atención como la búsqueda del amor propio o la superación personal con la ayuda de seis patrones cognitivos esenciales.

“No hay límite para el poder de amar”, John Morton.

¿Qué te han parecido estos cursos? El amor es un sentimiento que se debe cultivar todos los días, recuerda que en **Scribd Coach** puedes encontrar más cursos con una experiencia única en formato corto para convertir las adversidades en oportunidades. Crecimiento personal, superación personal, desarrollo profesional y muchos más temas en Scribd, la biblioteca digital más grande del mundo que ofrece acceso instantáneo a los mejores *ebooks*, audiolibros, podcasts y artículos de revistas.

Acerca de Scribd

Scribd es la suscripción de lectura que ofrece acceso a los mejores libros electrónicos, audiolibros, artículos de revistas, documentos y más. El catálogo de Scribd incluye más de un millón de títulos premium de libros electrónicos y audiolibros, incluidos más de 100.000 títulos en español. Scribd está disponible a través de dispositivos iOS y Android, así como de navegadores web, y aloja a más de 100 millones de lectores en todo el mundo cada mes. Para obtener más información, visite www.scribd.com y siga a @ScribdMX en Instagram.

Contacto de Prensa:

CONTACTO

Rosa María Torres

Another

(55) 5453 8277

rosa.torres@another.co