

## **Con el programa 'Rehaz tu vida' la Dra Àngels Córcoles ayuda a las víctimas de relaciones tóxicas a volver a ser las protagonistas de su vida**

**Con más de 30 años de experiencia profesional, estudio, y habiendo vivido los efectos devastadores de una relación tóxica, la Dra Àngels Córcoles, ha desarrollado una metodología llamada "Rehaz tu vida" que consigue que las víctimas de relaciones tóxicas sanen sus heridas, transformen su dolor en conocimiento y recuperen la conexión con su ser**

La Dra. Àngels Córcoles, con su extensa trayectoria profesional y una profunda experiencia personal en el ámbito de las relaciones tóxicas, ha desarrollado el programa "Rehaz tu vida". Este innovador método está diseñado para ayudar a las víctimas de relaciones abusivas a recuperar el bienestar integral, tanto emocional como físico, después de haber enfrentado el sufrimiento y la manipulación en estas dinámicas destructivas.

"Rehaz tu vida" se centra en reconstruir los aspectos fundamentales que permiten a las víctimas recuperar el control de sus vidas. La Dra. Córcoles acompaña a sus pacientes, proporcionándoles las herramientas necesarias para fortalecerse y salir empoderadas de estas situaciones dolorosas.

El programa aborda inicialmente la compleja dinámica de la personalidad perversa narcisista, enseñando a reconocer sus características y evitar caer nuevamente en relaciones similares. La Dra. Córcoles subraya que este tipo de comportamiento no es un trastorno, sino una manera de ser que explota las debilidades de las víctimas.

Además, "Rehaz tu vida" ayuda a las víctimas a identificar sus propios puntos vulnerables y a transitar el proceso de duelo. La fase de recuperación después de una relación tóxica puede ser especialmente desafiante debido al vínculo traumático y a la manipulación emocional experimentada.

El programa también capacita a las personas que sufren este tipo de maltrato para gestionar y canalizar emociones consideradas negativas, establecer límites saludables y romper con patrones autoimpuestos de ser "buena persona". Se las alienta y se les ofrece las herramientas necesarias para superar el miedo a seguir adelante solas y a considerar nuevas relaciones si así lo desean.

La Dra. Córcoles enfatiza la importancia crucial de recibir un asesoramiento especializado adecuado. En muchos casos, las víctimas son culpabilizadas injustamente por los abusos sufridos, lo cual puede ser profundamente perjudicial para su proceso de recuperación.

Asimismo, el programa desaconseja la mediación durante el proceso de separación, ya que la persona

narcisista, como sucede en la mayoría de las ocasiones, puede manipular al mediador y continuar con su patrón de abuso. Por este motivo, es esencial que las víctimas cuenten con el acompañamiento adecuado para evitar manipulaciones adicionales y garantizar su seguridad emocional y física.

Además de la asistencia individualizada, "Rehaz tu vida" ofrece a las víctimas la oportunidad de integrarse en un grupo de apoyo compuesto por personas que atraviesan experiencias similares. Este entorno de solidaridad y comprensión mutua proporciona un invaluable apoyo emocional, eliminando el sentimiento de aislamiento y reforzando el proceso de sanación bajo la guía experta de la Dra. Àngels Córcoles.

Se puede consultar más información en <http://www.rehaztuvida.com>

**Datos de contacto:**

Alex  
Lioc Editorial  
673034885

Nota de prensa publicada en: [España](#), [Latinoamérica](#), [EEUU](#)

Categorías: [Internacional](#) [Psicología](#) [Bienestar](#) [Servicios médicos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>