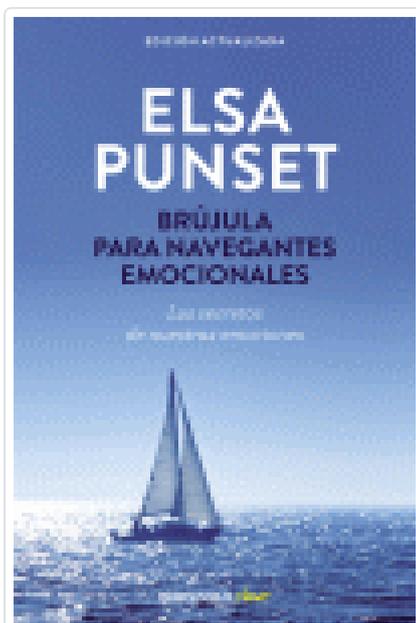


# BRUJULA PARA NAVEGANTES EMOCIONALES N/E (CLAVE)



## PUNSET, ELSA

### SINOPSIS

Conocerse a uno mismo permite descubrir las fuentes de nuestra felicidad, nuestra ira y nuestro dolor para poder convivir armoniosa y plenamente con nosotros mismos y con los demás. En el fondo instintivo de nuestro ser, no pensamos, sentimos. Estamos hechos de emociones. A lo largo de los siglos nos habíamos esforzado en encerrarlas en sistemas de vida ordenados y represivos. Ante su dictado solo cabía resignarse o rebelarse. Actualmente vivimos en un mundo que nos abruma con tentaciones y decisiones múltiples y tenemos que decidir en soledad quiénes somos y por qué nos merece la pena vivir. Esta nueva libertad reclama la adquisición de una brújula que nos permita navegar con inteligencia emocional por los cauces imprevisibles de nuestras vidas. Este libro recorre las distintas etapas de maduración emocional y social del ser humano no solo como individuo, sino también en relación a las personas que conforman nuestro entorno: padres, hijos, pareja, compañeros, amigos... En el siglo XXI las emociones, gracias a las puertas que ha abierto la neurociencia, pueden catalogarse, comprenderse e incluso gestionarse: son la llave de nuestro centro neurálgico, llámese cerebro, alma, conciencia o libre albedrío. La crítica ha dicho... ½ Uno de los mejores libros de divulgación científica del año. + El Mundo ...

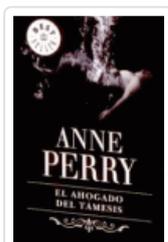


Editorial	DEBOLSILLO
Materia	PSICOLOGIA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788490629024
Status	Disponible
Páginas	264
Tamaño	125x190x16 mm.
Peso	190
Precio (Imp. inc.)	10,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	08/01/2018

### Títulos relacionados



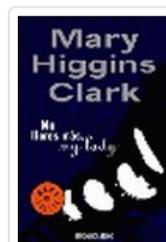
RETRATO DE ROSE MADDER, EL



AHOGADO DEL TAMESIS, EL BEST 306/6 PERRY, ANNE



LLAMA Y LA FLOR, LA CISNE 45/1 WOODIWISS



NO LLORES MAS MI LADY HIGGINS, CLARK