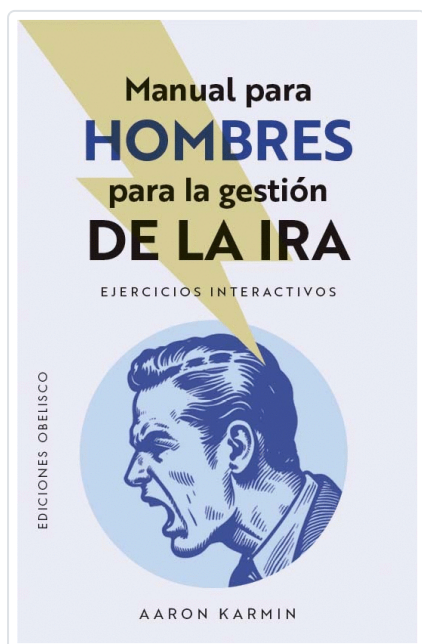


MANUAL PARA HOMBRES PARA LA GESTIÓN DE LA IRA



KARMIN, AARON

SINOPSIS

ESTRATEGIAS Y HABILIDADES PARA UNA GESTIÓN CONSTRUCTIVA DE LA IRA

Si este libro ha captado tu atención, probablemente se deba a que la ira ha afectado a tu vida y a tus relaciones. Tal vez hayas perdido el trabajo, la pareja o una amistad. . . puede que tu ira te esté impidiendo ser tan feliz y tener tanto éxito como te mereces.

En este moderno y práctico manual diseñado específicamente para hombres, el terapeuta Aaron Karmin ofrece nuevas perspectivas para controlar la ira de forma no agresiva, aportando soluciones reales para el control de la ira en el mundo real. Gracias a él, entenderás por qué se enfadan los hombres y profundizarás para llegar a la raíz de tu ira. Manual para hombres para la gestión de la ira incluye:

Información valiosa y evaluaciones para valorar mejor la ira

Estrategias concretas para expresar la ira de forma productiva

Ejemplos clínicos de estrategias de control de la ira

El libro te ayudará a fortalecer la relación más importante y al mismo tiempo más olvidada de tu vida: la relación contigo mismo. AARON KARMIN es consejero clínico profesional licenciado e hipnoterapeuta clínico certificado que ejerce en Chicago. Como consejero en el control de la ira durante más de doce años, Aaron ayuda a sus clientes a conseguir controlar el comportamiento impulsivo....



Editorial	OBELISCO
Materia	[JMQ] PSICOLOGÍA: EMOCIONES
EAN	9788411723275
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	0x2111x0 mm.
Peso	350
Precio (Imp. inc.)	15,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	04/11/2025