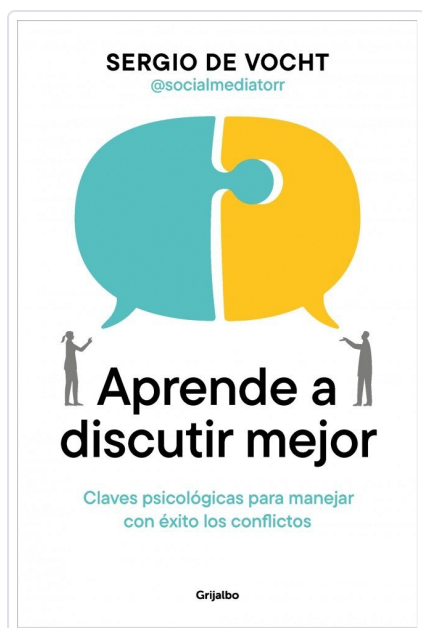


APRENDE A DISCUTIR MEJOR



Sergio de Vocht

SINOPSIS

No se trata de discutir menos o tener la razón, sino de discutir mejor. Este libro hará que no vuelvas a ver los conflictos de la misma manera. Nos enseñaron a mirar hacia dentro para sanar, como si el malestar fuera una grieta personal, una herida privada; cuando, en realidad, casi siempre nace del roce, del desencuentro, de esa palabra mal dicha o mal escuchada que deja un silencio o una tensión entre dos personas. Y es justo ahí donde nace la semilla de las discusiones.

Este libro parte de una certeza: la mayoría de los sufrimientos humanos son sociales, no individuales. Desde lo que llamamos Psicología de la interacción, Aprende a discutir mejor nos invita a reconocer que seguimos actuando, en lo profundo, como seres primitivos, intentando sobrevivir al otro y a cómo la cultura moldea lo que sentimos e influye en como gestionamos las relaciones.

Nos pasamos media vida intentando defender a toda costa la identidad que creemos tener, olvidando que ésta es algo vivo y que está influenciada por el contexto. Y eso nos aísla y confronta con los demás y con nosotros mismos.

Este libro es también una invitación a comprender cómo las palabras que usamos en esas discusiones vienen cargadas de siglos de defensa y conflicto, y cómo podemos desprogramar esa herencia para volver a hablar y a vivir desde otro lugar nuestras relaciones y nuestra vida. Si quieres aprender a identificar las brechas más frecuentes en las discusiones y a estar infinitamente mejor contigo y con los demás, ¡éste es tu libro!...



Editorial	GRIJALBO
Materia	[JMA] TEORÍA, SISTEMAS, PUNTOS DE VISTA Y ESCUELAS PSICOLÓGICAS
EAN	9788425373176
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	150x230x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	20,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	26/03/2026