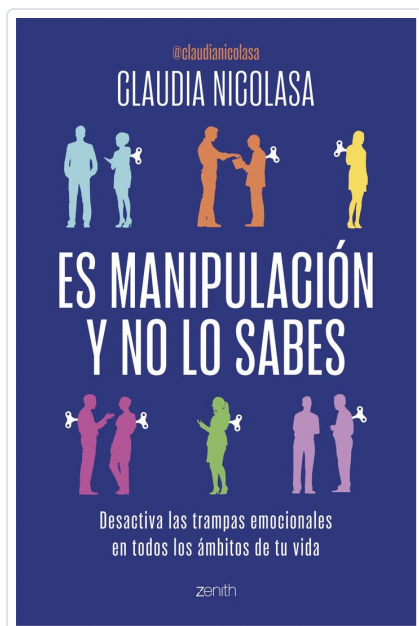


ES MANIPULACIÓN Y NO LO SABES (ZENITH)



Nicolasa, Claudia

SINOPSIS

Descubre los distintos tipos de manipuladores, las técnicas que utilizan para someterte y cómo neutralizarlas. La manipulación emocional es una forma de control psicológico muy común, aunque a menudo nos cuesta reconocerla. Esta sutil forma de influencia no solo se encuentra en la política o en comunidades sectarias, sino que se teje diariamente en las interacciones con aquellos más cercanos a nosotros: parejas, jefes, amigos e incluso familiares. Empujados por nuestras necesidades básicas de afecto y seguridad, es fácil caer en estos patrones tóxicos y no poder salir de allí.

La psicóloga Claudia Nicolasa nos brinda en este libro un enfoque revelador sobre cómo las trampas de manipulación se desarrollan y cómo podemos desactivarlas, así como un análisis exhaustivo de los manipuladores oscuros, grises y blancos. A través de sus páginas, aprenderás a identificar las maniobras de control emocional, entenderás los motivos detrás de estas acciones y, lo más importante, obtendrás herramientas prácticas y efectivas para derribarlas, proteger tu salud mental y avanzar hacia tu crecimiento personal...



Editorial	PLANETA
Materia	PSICOLOGIA
EAN	9788408300717
Status	Disponible
Páginas	344
Tamaño	230x150x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	09/04/2025