

Emociones corrosivas

Ignacio Morgado

Cómo se originan, cómo detectarlas, quién es más propenso a ellas, por qué nos cuesta tanto evitarlas y cómo superarlas.

El audiolibro definitivo para entender y combatir, desde la neurociencia, las emociones nocivas que nos dominan.

Ignacio Morgado, el mayor especialista en neurociencia de este país, nos regala las claves para aprender a combatir aquellas emociones que provocan un enorme desgaste de nuestra mente y nuestra personalidad: las emociones corrosivas.

Todos hemos sido víctimas alguna vez de esas emociones que deterioran nuestra forma de relacionarnos con los demás, nuestra salud y nuestro bienestar: cuando nos dejamos llevar por la envidia, la culpabilidad –y su asociada vergüenza-, el odio o la vanidad, no somos dueños de nosotros mismos, pues se han despertado emociones fuertemente dominantes que nos provocan comportamientos muy difíciles de gestionar. Muchas veces, incluso intentando afrontar o superar estas emociones, caemos en graves errores que nos encierran todavía más en ese bucle dañino para nosotros y para los que nos rodean.

Basándose en los más recientes experimentos y estudios científicos, este audiolibro nos ayuda a entender de forma práctica la naturaleza de estas emociones corrosivas. Una obra llena de ejemplos históricos y de la vida cotidiana que analiza cómo tendemos a actuar en familia, en el trabajo, y en ámbitos como el deporte, la política o la educación.

Fecha de publicación:

10/12/2018

Sello Editorial:

Editorial Ariel

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fabregat

Teléfono: 934928947

Email: lfabregat@planeta.es

Nombre: Laia Barreda Vicent

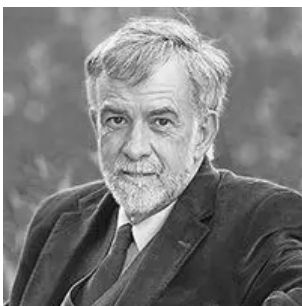
Teléfono: 93 492 8308

Email: laia.barreda@planeta.es

Nombre: Erica Aspas

Teléfono: 934928752

Email: easpas@planeta.es



Ignacio Morgado

Ignacio Morgado es catedrático emérito de Psicobiología en el Instituto de Neurociencias y en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Barcelona y miembro numerario de la Academia de Psicología de España. Reconocido como uno de los neurocientíficos más prestigiosos de nuestro país, ha sido merecedor de varios premios académicos y de divulgación.

Entre sus obras destacan *La fábrica de las ilusiones*, *Emociones corrosivas*, *Deseo y placer*, *Los sentidos*, *Materia gris* y *El cerebro y la mente humana*, todas publicadas por Ariel.