

Maleducados emocionales

Dr. José Carbonell

El prestigioso psiquiatra José Carbonell nos ayuda a identificar y gestionar a los *maleducados emocionales* que minan nuestro bienestar.

El prestigioso psiquiatra José Carbonell nos ayuda a identificar y gestionar a los *maleducados emocionales* que minan nuestro bienestar.

Aunque sutiles y a veces inconscientes, los microdesprecios son de las conductas que más desgastan nuestras relaciones. Estos gestos —no tenerte en cuenta, dejarte al margen o ignorarte en situaciones sociales— socavan poco a poco la autoestima y deterioran vínculos con parejas, familiares, amigos, compañeros de trabajo o jefes.

A lo largo del libro, el doctor reconoce más de quince tipos de maleducados, entre los que desfilan el pasivo-agresivo, el que ghostea, el que no te deja progresar en el trabajo, el *hater*…, y los clasifica en las distintas áreas de nuestra vida, para que puedas construir un escudo emocional y confrontarlos.

Fecha de publicación:
20/01/2027

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Telefóno: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Telefóno: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Telefóno: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Telefóno: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es



Dr. José Carbonell

El **Dr. José Carbonell** es un reputado psiquiatra, avalado por una extensa y completa formación. Dirige el Instituto Carbonell, centro de referencia en el tratamiento y prevención en el área de salud mental. Es expresidente de la Sociedad Española de Psiquiatría Legal, y miembro de numerosas asociaciones y colegios de psiquiatría.