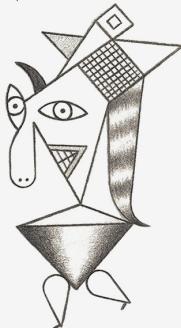


Cómo tratar con personalidades difíciles

Christophe André François Lelord

Narcisistas, ansiosos, obsesivos, depresivos, dependientes... Cómo vivir en paz con personas que sufren por culpa de su carácter (incluido tú mismo)



arpa

riverside
agency

Cómo tratar con personalidades difíciles

Autor: Christophe, André

Autor: Francois, Lelord

Arpa

ISBN: 978-84-18741-45-6 / Rústica / 416pp | 140 x 213 cm

Precio: \$ 43.900,00

La vida sería mucho más fácil si todo el mundo estuviera siempre de buen humor, relajado y atento a los demás. Incluido tú mismo. Pero como esto no ocurrirá nunca, vale la pena aprender a convivir con los aspectos más complicados de la personalidad humana. El ansioso que transmite su estrés, el paranoico que se ofende al menor comentario, el obsesivo que se pierde en los detalles, el narcisista que siempre piensa en sí mismo, el depresivo cuya inercia desarma y desespera, el hiperexigente para el que nunca nada será suficiente? Existen multitud de personalidades difíciles que pueden perturbar o incluso destrozar tu vida cotidiana. En este libro, Christophe André y François Lelord, psiquiatras de reconocido prestigio internacional y autores de varios best sellers, presentan las principales personalidades difíciles hacia las que tendemos las personas, para ayudarnos a gestionarlas mejor.

En este libro, Christophe André y François Lelord, psiquiatras de reconocido prestigio internacional y autores de varios best sellers, presentan las principales personalidades difíciles hacia las que tendemos las personas, para ayudarnos a gestionarlas mejor.



Christophe, André

Es médico psiquiatra y psicoterapeuta en el hospital Sainte-Anne de París. Es uno de los grandes especialistas franceses en trastornos de ansiedad y depresión y terapia cognitivoconductual. También es autor de libros de enorme éxito en todo el mundo, como ¡Viva la libertad!, Meditar día tras día o La vida interior.