



## Controle su ira antes de que ella le controle a usted : cómo dominar las emociones destructivas /

Ellis, Albert

Paidós,  
1999

Monografía

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMjQyMjI2Nw>

---

**Título:** Controle su ira antes de que ella le controle a usted cómo dominar las emociones destructivas Albert Ellis, Raymond Chip Tafrate

**Editorial:** Barcelona, etc. Paidós 1999

**Descripción física:** 215 p. 22 cm

**Mención de serie:** Paidós autoayuda

**ISBN:** 84-493-0701-5

**Materia:** Agresividad- Control Emociones y sentimientos- Control Autocontrol Aggressiveness- Control

**Autores:** Tafrate, Raymond Chip

---

### Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- [informa@baratz.es](mailto:informa@baratz.es)