



## Todo lo que usted siempre quiso saber sobre las emociones [ (Y nunca se atrevió a preguntar) /

Martínez Sánchez, Francisco

Ediciones Pirámide,  
2019

Afirmación personal, motivación y autoestima

Ciencias humanas - - no ficción

Autoayuda y superación

Psicología: emociones

Monografía

Qué son las emociones, qué utilidad tienen? Cómo se desarrollan las emociones a lo largo del ciclo vital? También tienen emociones los animales? Qué procesos ocurren en nuestro cerebro durante una emoción? Somos animales racionales o emocionales? Cómo influyen las emociones sobre la atención y el aprendizaje? Cómo influyen las emociones sobre la memoria y el pensamiento? Cómo identificamos las emociones? Cómo expresamos las emociones? Por qué necesitamos compartir las emociones? Es lo mismo el estrés que la emoción? Culpa, vergüenza y orgullo, cumplen alguna función positiva? Podemos controlar las emociones?: control, afrontamiento y regulación emocional. Facilitan la vida la alegría, la felicidad, la esperanza y el optimismo? Es lo mismo el miedo que la ansiedad y las fobias? Es lo mismo la tristeza que la depresión, o la ira y la hostilidad? Qué es la inteligencia emocional? Cómo influyen las emociones sobre la salud? Qué hacer y dónde acudir cuando se sufren trastornos emocionales?

Qué son las emociones, qué utilidad tienen? Cómo se desarrollan las emociones a lo largo del ciclo vital? También tienen emociones los animales? Qué procesos ocurren en nuestro cerebro durante una emoción? Somos animales racionales o emocionales? Cómo influyen las emociones sobre la atención y el aprendizaje? Cómo influyen las emociones sobre la memoria y el pensamiento? Cómo identificamos las emociones? Cómo expresamos las emociones? Por qué necesitamos compartir las emociones? Es lo mismo el estrés que la emoción? Culpa, vergüenza y orgullo, cumplen alguna función positiva? Podemos controlar las emociones?: control, afrontamiento y regulación emocional. Facilitan la vida la alegría, la felicidad, la esperanza y el optimismo? Es lo mismo el miedo que la ansiedad y las fobias? Es lo mismo la tristeza que la depresión, o la ira y la hostilidad? Qué es la inteligencia emocional? Cómo influyen las emociones sobre la salud? Qué hacer y dónde acudir cuando se sufren trastornos emocionales?

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMjU5MDYzMzg>

**Edición:** 1

**Editorial:** Madrid Ediciones Pirámide 2019

**Tipo Audiovisual:** grado psicología; grado en psicología; libro del grado psicología; libro grado psicología; libro recomendado del grado psicología; libros del grado psicología; manual del grado psicología; gestión de las emociones; libros de psicología sobre las emociones; emociones; inteligencia emocional; inteligencia emocional en el trabajo; inteligencia emocional para adultos; inteligencia emocional para niños; emociones básicas; emociones positivas; emociones negativas; emociones positivas y negativas; emoción y sentimientos; manual práctico emociones; Todo lo que usted siempre quiso saber sobre las emociones; Libros psicología ediciones pirámide; Ediciones pirámide; Manual práctico pirámide; libro sobre emociones; manual práctico emociones; control de las emociones; Francisco Martínez Sánchez; Martínez Sánchez, Francisco; Martínez Sánchez, F.; Enrique García Fernández-Abascal; García Fernández-Abascal, Enrique; García Fernández-Abascal, E.; Enrique G. Fernández-Abascal; G. Fernández-Abascal, Enrique; G. Fernández-Abascal, E.; Francisco Palmero Cantero; Palmero Cantero, Francisco; Palmero Cantero, F.

**Mención de serie:** Manuales Prácticos

**ISBN:** 9788436840940

**Autores:** Fernández-Abascal, Enrique G. Palmero, Francisco

---

## **Baratz Innovación Documental**

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