

El triángulo de Karpman explicado

Cómo librarse del papel de víctima, perseguidor o malvado

Chris

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484459699

Páginas: 192

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,00 €

Colección: Psicoemoción



SINOPSIS

APRENDE A LLEVAR UNA VIDA MÁS PLENA, SOCIABLE Y FELIZ LEJOS DEL DRAMA

El triángulo dramático de Karpman es un modelo psicológico que suele emplearse en el ámbito del *coaching*, la dirección empresarial, la formación y la terapia, y que se basa en tres roles que todos aprendemos y representamos, en mayor o menor medida, a lo largo de nuestra vida: el del perseguidor, el salvador o la víctima.

En estas páginas podrás adentrarte en este modelo con facilidad, ya que la información se presenta de manera muy amena y accesible, tanto para profesionales y estudiantes de estos campos como para el público en general. También aprenderás cuáles son los «juegos» con los que algunas personas consiguen crear dramas para manipular a los demás a su antojo a través de «cambios de rol» inesperados.

El triángulo de Karpman explicado te ofrece, además, diversas estrategias con las que lidiar con el drama cuando te veas atrapado en él: ¿cómo escapar? ¿De qué manera no tropezar dos veces con la misma piedra? A través de herramientas prácticas de autoprotección y desarrollo personal creadas por el autor encontrarás respuesta a estos interrogantes y muchos más.