



González, Fernando

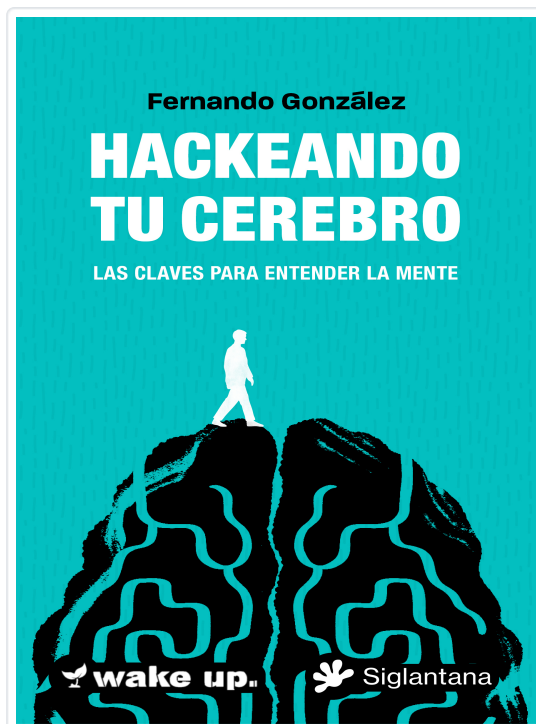
Hackeando tu cerebro

Las claves para entender la mente

¿Y si descubrieras que gran parte de lo que haces, sientes o decides no lo eliges tú, sino tu cerebro? ¿Y si tu mente no fuera tu enemiga, sino un sistema antiguo que aún intenta sobrevivir en un mundo que ya no existe?

Cuando Fernando González empezó a observar cómo las personas reaccionan, negocian, aman o se bloquean, comprendió que no somos tan racionales como creemos. Detrás de cada impulso, cada miedo o cada hábito, hay un programa invisible que gobierna nuestras respuestas.

Hackeando tu cerebro nos hace mirar ese programa de frente, a entender cómo funciona y a reescribirlo con conciencia. A lo largo de sus páginas, la neurociencia y la psicología se entrelazan con la experiencia humana para mostrarnos con claridad el funcionamiento del cerebro, la mente y las emociones: de por qué repetimos lo que nos daña, de cómo interpretamos la realidad y de qué significa, en última instancia, vivir despiertos.



Editorial	Siglantana
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	254
Tamaño	240x150x13 mm.
Peso	334
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788410179578
PVP	17,90 €
PVP sin IVA	17,21 €

