

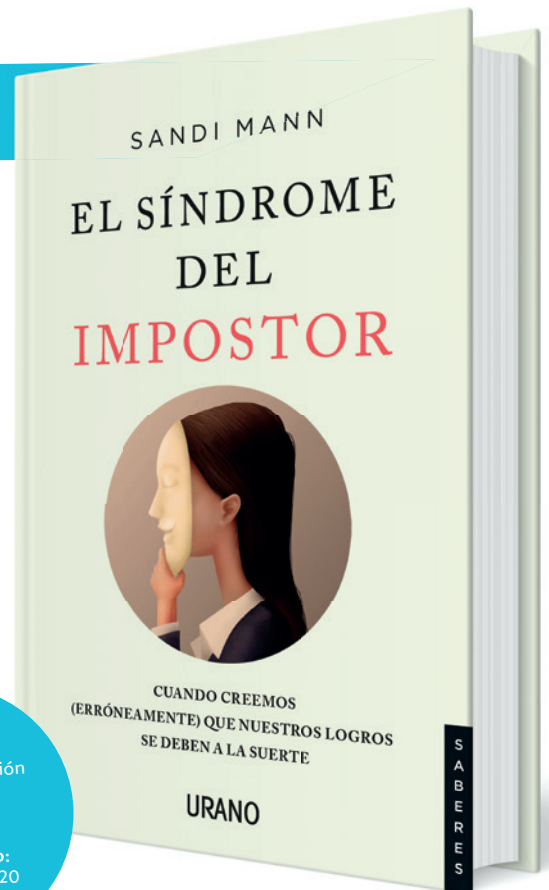
## EL SÍNDROME DEL IMPOSTOR

### Sandi Mann

Sandi Mann, doctora en psicología, presenta el manual más completo sobre este síndrome, que afecta al 70% de la población, con cuestionarios interactivos para aprender a identificarlo, estrategias prácticas para gestionarlo y herramientas para empezar a brillar sin complejos en todas las esferas de la vida.

Una brillante carrera profesional, honores académicos, elogios, reconocimiento y, a pesar de todo, la persona que sufre el síndrome del impostor está convencida de que no está a la altura de los méritos que le atribuyen y vive con un temor constante a «ser desenmascarado». El síndrome del impostor es un fenómeno en auge en nuestra sociedad hipercompetitiva; siete de cada diez personas se sienten farsantes en un momento u otro, incluidas figuras mediáticas, profesionales de éxito y brillantes estudiantes. En ocasiones, se trata de una sensación tan arraigada que plantea graves obstáculos en la vida.

Este secreto convencimiento de que uno no sabe tanto como los demás creen o que sus logros se deben a la suerte y no al talento no solo merma gravemente la autoconfianza, sino que puede ser muy perjudicial para el desarrollo profesional. Práctico y apasionante, el libro ofrece interesantes cuestionarios para saber en qué medida nos afecta el fenómeno, presenta casos de estudios extraídos de la vida real y nos ofrece estrategias contrastadas en la práctica clínica para vencer inseguridades y asumir nuestros éxitos como propios, no solo en el ámbito profesional sino también en las relaciones sociales, en nuestro rol parental, como mujeres trabajadoras o en los estudios. Gracias a los consejos recogidos en sus páginas, los lectores no solo aprenderán a mantener a raya los pensamientos de impostura, cuando afloren, así como aprovecharlos como oportunidades para aprender y triunfar.



Colección:  
Urano Divulgación  
P.V.P.: 16€  
224 páginas  
Lanzamiento:  
octubre de 2020

### Sandi Mann



Es doctora en psicología y profesora en la Universidad de Lancashire Central, Inglaterra, donde enseña psicología clínica aplicada, entre otras disciplinas. Dirige asimismo su propia clínica especializada en el tratamiento de la ansiedad y los trastornos depresivos, MindTraining Clinic, y posee formación acreditada en Terapia cognitivo-conductual. Considerada una eminencia en su campo, la doctora Mann imparte conferencias por todo el mundo y ha publicado más de veinte libros de psicología. El creciente número de personas talentosas que acudían a su consulta afectadas por fenómeno del fraude la llevó a plantearse la necesidad de escribir una obra práctica e interactiva sobre este problema tan extendido como desconocido.

“El término síndrome del impostor se ha vuelto mucho más significativo para mí porque he empezado a verlo cada vez más y de distintas formas en mi consulta. Por eso, en este libro abordo las diversas razones que explican su rápido crecimiento”.

Sandi Mann.

[mundourano.com](http://mundourano.com)