

image not found or type unknown



Cartas a un psicólogo

Bernabé Tierno

Fecha de publicación:

20/01/2004

Respuestas prácticas para los nuevos problemas de los españoles.

Sello Editorial:

Ediciones Martínez Roca

Respuestas prácticas para los nuevos problemas de los españoles.

Contacto de prensa

Nombre: Laura

Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email:

lfernandez@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL

Eduardo Martín

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email:

drubio@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL

Patricia Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 91 423 03 78

Email:

lpaunero@planeta.es

Los lectores son los verdaderos protagonistas en esta nueva obra de Bernabé Tierno. Las cartas que, durante años, han enviado a su consultorio ven la luz en estas páginas con las respuestas prácticas, ofrecidas con rigor y claridad, por el prestigioso psicólogo y pedagogo.

Al hilo de los testimonios, Tierno expone los síntomas de cada conflicto psicológico y aporta soluciones a la medida de cada persona para resolverlo con éxito. Pero el autor va más allá y aprovecha las cartas para hacer un análisis exhaustivo sobre qué problemas son más frecuentes, en qué provincias se concentran y quién los padece. De todo ello extrae conclusiones muy significativas que dibujan el mapa de la psique de los españoles del siglo XXI. Además incluye un capítulo que expone las técnicas de control emocional más útiles para la vida cotidiana.

Cartas a un psicólogo es por tanto un completo e interesantísimo estudio de los conflictos más característicos de la sociedad actual -la anorexia, el estrés, la falta de autoestima, la depresión, las adicciones- y de otros tan antiguos como el hombre pero que nos siguen afectando -la soledad, los problemas familiares y de pareja, la timidez, entre otros- y una guía imprescindible para aprender a lidiar con las dificultades y recuperar el bienestar personal.

image not found or type unknown



Bernabé Tierno

BERNABÉ TIERNO es psicólogo, pedagogo y escritor. Ha recibido la Medalla de Honor del 50 aniversario de Unicef (1996), el Premio Paz del Mundo como impulsor de los valores humanos (1997), el Premio Aula de Paz, otorgado por la escuela asociada a la Unesco Aula de Paz Camín de Mieres, del Principado de Asturias (2000), el Premio de la Asociación Española de Fabricantes de Juguetes (AEFJ) por su apoyo y defensa del juguete (2005) y el Premio Estrella Intercoiffure Valores Humanos (2010).

Colaborador habitual en distintos medios de comunicación y conferenciante infatigable, es autor de numerosas obras, entre las que cabe destacar las publicadas en esta editorial: *Saber educar*, *El psicólogo en casa*, *Abiertos a la esperanza*, *La fuerza del amor*, *Psicología práctica de la vida cotidiana*, *Conseguir el éxito*, *Aprobar el curso*, *Cartas a un psicólogo*, *Respuestas prácticas a los nuevos problemas de los españoles*, *Hoy, aquí y ahora: estás a tiempo de ser feliz*, *Aprendo a vivir*, *La educación inteligente*, *Las mejores técnicas de estudio*, *Optimismo vital: manual completo de psicología positiva*, *Los pilares de la felicidad: 30.000 días para una vida en plenitud*, *Poderosa mente y Sabiduría esencial: el juego de la vida exprimido para ti*.

Sus **últimas obras** publicadas son *Espiritualmente*, *El triunfador humilde* y *Kárate mental*.