

image not found or type unknown



La dieta de la paradoja

Giorgio Nardone

Fecha de publicación:
11/06/2009

Un libro directo y sencillo que nos ayudará a establecer nuevas pautas de relación con la comida.

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Dieta: epidemia de los tiempos modernos, de los países desarrollados, de las sociedades opulentas. ¿Quién no ha probado al menos una vez en su vida un régimen de alimentación para perder algún kilo de más? Y como además es algo que nos afecta a todos, todos sabemos la cantidad de resultados fallidos que se obtienen al optar por esas vías punitivas en las que se pretende mantener bajo control un instinto primario como es el hambre. Un gran psicólogo nos explica las razones de nuestra penosa relación con la comida y, mediante estratagemas que pueden parecer irracionales, nos enseña cómo recuperar una relación sana y equilibrada con el placer de comer.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma
Cordón

Teléfono: 93 492 86
33

Email:
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



Giorgio Nardone

Psicólogo, psicoterapeuta y coach. Doctor en Filosofía de la Ciencia. Fundador, junto con Paul Watzlawick, del Centro de Terapia Strategica (CTS) de Arezzo; Director de la Escuela de Especialización en Psicoterapia Breve Estratégica de Arezzo, del Master en Terapia Breve Estratégica de Arezzo, Madrid, Barcelona, Moscú, Paris, Liège, Ciudad de México y San Diego; de las Escuelas de Comunicación y Problem Solving Estratégico de Arezzo, Milán, Madrid y Barcelona. Coordinador del "Brief Strategic and Systemic Therapy World Network". Es considerado el máximo exponente de entre los investigadores que han evolucionado la tradición de la Escuela de Palo Alto. Internacionalmente reconocido como uno de los más creativos y rigurosos estudiosos y terapeutas en virtud de sus innovadores y eficaces modelos de Terapia Breve Estratégica y Problem Solving Estratégico, imparte regularmente conferencias y seminarios en los contextos clínicos y organizacionales. Compagina la actividad clínica con la consultoría, formación y coaching de altos directivos en organizaciones de proyección internacional. Estudiosos y especialistas en management de todo el mundo se inspiran en los resultados de su trabajo creativo y sistemático. Ha publicado 29 libros, traducidos en diversos idiomas, que se refieren a los resultados de sus investigaciones y a las intervenciones realizadas tanto en el ámbito clínico como en el ámbito organizacional.

Web autor: <http://www.giorgionardone.it/>