



Fecha de publicación:
07/01/2022

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Por favor, ayúdame a vivir

Jeanne Siaud-Facchin

Jeanne Siaud-Facchin presenta un nuevo libro en defensa de una nueva psicología que ayude a la gente a vivir una vida mejor. A ser, en definitiva, más felices.

Jeanne Siaud-Facchin, la autora del *longseller* ¿Demasiado inteligente para ser feliz?, nos presenta en su nuevo libro una defensa de una nueva psicología que ayude a la gente a vivir una vida mejor; a ser, en definitiva, más felices.

«Este libro ha nacido de lo que he aprendido, de lo que he comprendido. De lo que mucha gente me ha transmitido. Los niños, los adolescentes, los adultos que he conocido me han enfrentado a un desafío que confieso haber aceptado siempre: "Por favor, ayúdame a vivir".

»Sentirte en tu lugar, estar orgulloso de ser quien eres, de lo que haces, poder mirar atrás y no arrepentirte de nada me parece que es lo más valioso.

»Una práctica psicológica cuya ambición, cuya intención y cuya convicción sean ayudarnos a vivir mejor nuestra vida. La nuestra. Esta vida tan fuerte y tan frágil que procuramos mantener de pie, y a nosotros con ella, para seguir avanzando.»

Jeanne Siaud-Facchin

Esta es la nueva vía, la nueva práctica psicológica que nos propone Jeanne Siaud-Facchin. Una psicología comprometida, dinámica, constructiva, viva, proactiva, audaz y eficaz. Una psicología cercana a lo que todos íntimamente necesitamos. ¿Y si la diferencia de la nueva psicología fuese simplemente el amor?

Jeanne Siaud-Facchin

Jeanne Siaud-Facchin es psicóloga, psicoterapeuta y fundadora de los centros de psicología integrativa Cogito'Z. Practica y enseña la meditación de plena conciencia y ha creado programas y terapias innovadoras. Especialista reconocida en superdotados, es autora, entre otros, de los éxitos editoriales *Cómo la meditación cambió mi vida...* y *¿Demasiado inteligente para ser feliz?*, ambos publicados por Paidós.