

image not found or type unknown



Los seis pilares de la autoestima

Nathaniel Branden

Fecha de publicación:
06/04/2022

Recuperamos el bestseller de Nathaniel Branden, *Los seis pilares de la autoestima*, un libro de cabecera que nos señala la importancia de la autoestima en todas las áreas de nuestra vida.

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

El libro definitivo sobre la autoestima por el más importante especialista en la materia.

Contacto de prensa

Este libro demuestra que casi todos los problemas psicológicos, desde la ansiedad hasta la depresión, pueden atribuirse a una baja autoestima. Nathaniel Branden, uno de los precursores del estudio de la autoestima, nos muestra las razones por las que una alta autoestima es esencial para mantener una buena salud psicológica y lograr que nuestras relaciones sean satisfactorias. Además, nos enseña cómo adquirir progresivamente una mayor conciencia de nosotros mismos y de nuestras capacidades.

Nombre: Paloma Cordón

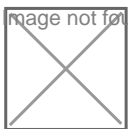
Los seis pilares de la autoestima nos señala la importancia de la autoestima en el puesto de trabajo, la paternidad, la educación, la psicoterapia y la sociedad en general.

Teléfono: 93 492 86 33

La conclusión es que, en el mundo caótico y competitivo en que vivimos, la felicidad personal se basa en nuestra forma de comprender y fomentar la autoestima.

Email:
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



Nathaniel Branden

Nathaniel Branden (Ontario, 1930 - 2014) psicoterapeuta canadiense especialista en la psicología de la autoestima.

Doctorado en Psicología por la Universidad de California, Branden ha escrito más de 20 libros y estuvo vinculado a la corriente objetivista de Ayn Rand, filósofa con la que Branden colaboró estrechamente, a lo largo de 18 años.