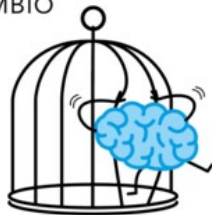


WALTER RISO

EL ARTE DE SER FLEXIBLE

DE UNA MENTE RÍGIDA
A UNA MENTE LIBRE
Y ABIERTA AL CAMBIO



Planeta / Zenith

Fecha de publicación:

29/09/2010

Sello Editorial:

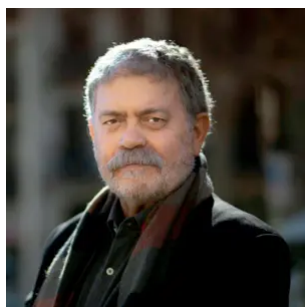
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



El arte de ser flexible

Walter Riso

De una mente rígida a una mente libre y abierta al cambio.

¿La rigidez o la dureza mental es una enfermedad? Al parecer, sí. Las investigaciones muestran claramente que la gente cuyo procesamiento de la información es cerrado y resistente al cambio no sólo genera un cúmulo de trastornos psicológicos personales, sino que afecta significativamente a la sociedad en la que viven.

Con un lenguaje accesible, este libro describe cuáles son los componentes de una mente rígida y cuáles son los rasgos que se oponen a ella y definen una mente libre y abierta. Si decides ser flexible, te quitarás un enorme peso de encima al ver que nada está predeterminado y que puedes ser el último juez de tu propia conducta.

Walter Riso

Walter Riso nació en Italia, y vive entre América Latina y Barcelona. Es doctor en Psicología, se especializó en Terapia Cognitiva y obtuvo una maestría en Bioética. Desde hace treinta años trabaja como psicólogo clínico, práctica que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria y la realización de publicaciones científicas y de divulgación en diversos medios.

Sus libros han cumplido el propósito de crear una vacuna contra el sufrimiento humano proponiendo estilos de vida saludables en distintos órdenes de la vida. El éxito de los libros de Walter Riso es arrollador.