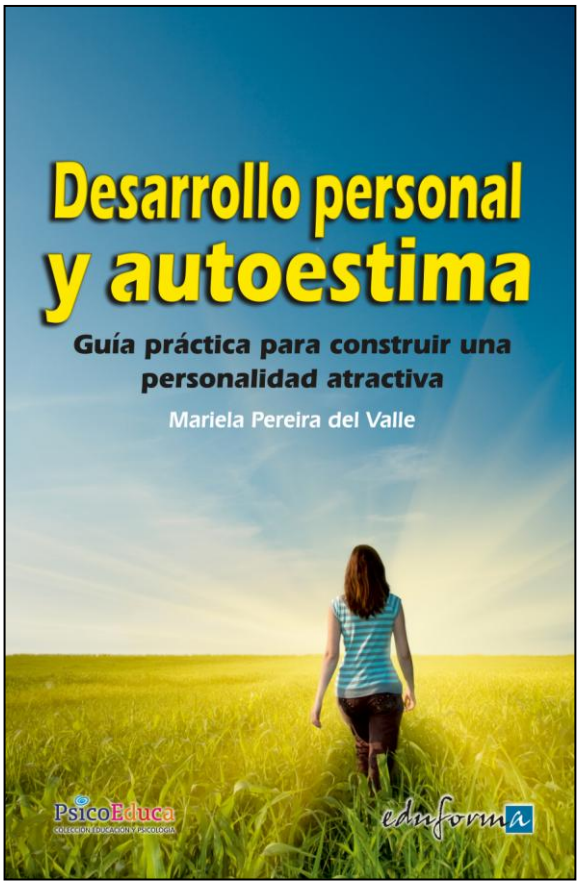
P.E. Merka, C/Merka Cuatro, naves 1-15
41500. Alcalá de Guadaíra (SEVILLA)
Tfno: 902 452 900 y 955 63 59 00
eduforma@mad.es
www.eduforma.com/educacion-psicologia

Desarrollo personal y autoestima

Guía práctica para obtener una personalidad atractiva



MARIELA PEREIRA DEL VALLE

ISBN: 9788467664102
Categoría: Educación y Psicología
Referencia: TRI0342
Fecha edición: junio de 2011
Páginas: 152 pp.
PVP: 14,00 €

Reseña:
Ha llegado el momento de sacar lo mejor que tenemos de nosotros mismos. Existen recursos internos que debemos comenzar a despertar. Es hora de hacer florecer todas nuestras virtudes, nuestras capacidades, los talentos, el potencial que nos caracteriza, que nos da vida, y comenzar a disfrutar de ello. Para conseguirlo debemos emprender el camino que se nos enseña en este libro.

La autoestima es la aceptación incondicional de nosotros mismos como innatamente valiosos e importantes, a pesar de los errores, las derrotas y los fracasos. Un sentimiento que afecta a nuestra percepción del ambiente, nuestras reacciones emocionales, nuestros estados de ánimo y nuestras relaciones con los demás.

La autora de este libro –experimentada psicóloga infantil y de familia– nos muestra el camino para desarrollar nuestra autoestima desde una perspectiva global e integral de la persona teniendo en cuenta todos los aspectos posibles. El resultado es un excelente manual de lectura y consulta para cualquiera que esté interesado en mejorar su autoestima y desarrollarse plenamente.