

BIBLIOTECA DE

Psicología



Comprender nuestra mente para mejorar nuestra vida

*La psicología nos ayuda en el mayor reto personal al que nos enfrentamos cada uno de nosotros: **concernos mejor para saber quiénes somos.***

Pocas disciplinas tienen un objetivo más ambicioso que el que se plantea la psicología: conocer nuestra psique, descubrir cómo pensamos, sentimos y actuamos, que es tanto como conocer al ser humano. Ese es el propósito que está detrás de todas las investigaciones y los experimentos psicológicos, que día a día se esfuerzan en iluminar cada vez más nuestra comprensión de nosotros mismos.

Pero además de ambiciosa, la psicología tiene otra característica esencial: es inmensamente útil. Las nuevas teorías, los avances en la disciplina y la labor de sus profesionales constituyen una herramienta decisiva para mejorar algo tan importante como, con frecuencia, ignorado: la salud mental y el bienestar psicológico de todos nosotros.



Todos los grandes temas de la psicología en una biblioteca única



Un innovador proyecto editorial que reúne los principales temas de la Psicología, presentados de forma rigurosa y divulgativa. Esta biblioteca es un fiel reflejo de la enorme diversidad de la disciplina, que acerca al gran público las áreas de investigación más importantes en la actualidad.

Cómo somos

Teorías de la personalidad - La inteligencia
Las emociones - La memoria.

Cómo nos relacionamos

Las relaciones afectivas - Liderazgo
Comunicación no verbal

Cómo superar los obstáculos

Resiliencia - Duelo - Estrés - TDAH.

«Los seres humanos son obras en curso que creen erróneamente que están acabadas.»
Daniel Gilbert

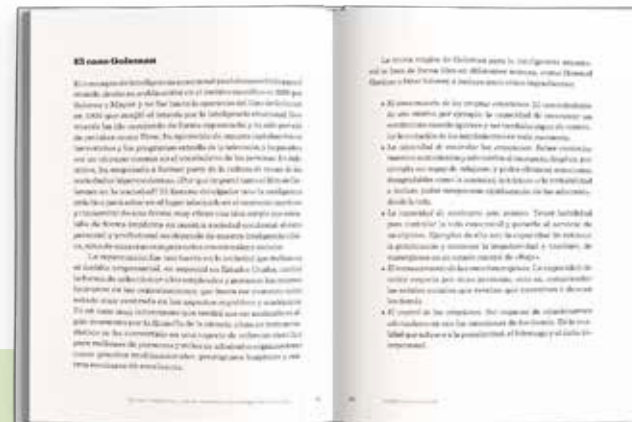


La mejor manera de descubrir la psicología

Una colección creada por especialistas de primer nivel que aúna la investigación más reciente en psicología con el espíritu divulgativo.

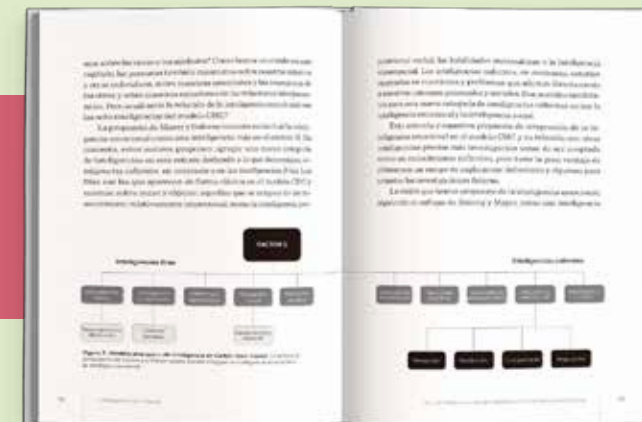
- Un elenco excepcional de especialistas en cada área, integrado por catedráticos, investigadores y divulgadores de reconocido prestigio.
- Con tablas, recuadros y otros recursos divulgativos para acompañar la lectura.

El catedrático de Psicología en la Universidad de Málaga Pablo Fernández-Berrocal y José Ramón Alonso, catedrático de Biología Celular del Instituto de Neurociencias de Castilla y León, son los directores editoriales y asesores de la colección.

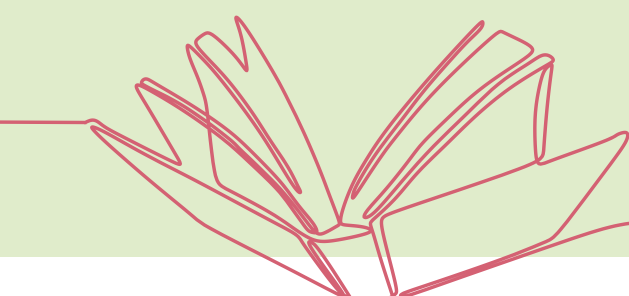


Las principales teorías y conceptos explicados con todo detalle

Gráficos e ilustraciones para visualizar la información



Los estudios y experimentos más relevantes de la psicología



Algunos títulos de la colección



Inteligencia emocional

Aprender a gestionar las emociones

La Inteligencia emocional juega un papel esencial para cada uno de nosotros, e influye de forma decisiva en infinidad de aspectos de nuestras vidas: para la toma de decisiones en nuestra vida, para nuestra salud, bienestar y felicidad. Bienvenidos a la revolución emocional.

PABLO FERNÁNDEZ-BERROCÁ Catedrático de Psicología, director y fundador del Laboratorio de Investigación y Desarrollo sobre Emoción y Cognición de la Universidad de Málaga.



Resiliencia

¿Cómo me levanto después de caer?

La resiliencia es una especie de paracaídas de seguridad con el que afrontar las adversidades. La evidencia científica ha demostrado que puede reportar grandes beneficios a la persona que la desarrolla. Entre ellos, el uso de fortalezas del carácter, las creencias de autoeficacia y optimismo.

MARISA SALANOVA Catedrática de Psicología Social en la Universitat Jaume I, es directora del equipo de investigación «WANT», socia fundadora y presidenta saliente de la Sociedad Española de Psicología Positiva.

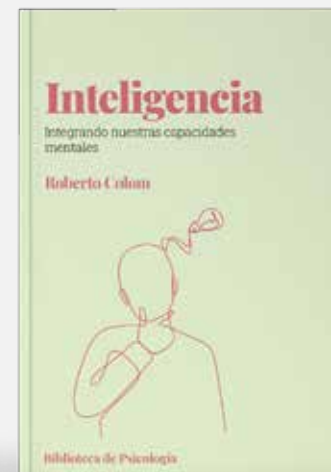


Personalidad

Lo que nos hace únicos

¿A qué nos referimos cuando hablamos de personalidad? ¿Nacemos con una personalidad o se va construyendo? Las respuestas a estas y otras preguntas las encontramos en este libro que aborda todos los aspectos de la Psicología de la Personalidad.

SOL FORTEA Profesora de Psicología en la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.



Inteligencia

Integrando nuestras capacidades mentales

Somos humanos porque la inteligencia nos capacita para hacer cosas que ningún otro ser vivo puede. Pero ¿hemos comprendido realmente qué es la inteligencia? Este libro presenta lo que sabemos sobre ella de forma científica. Qué es, cómo se mide, cuáles son sus bases neuronales, o qué hemos aprendido sobre la posibilidad de mejorarla.

ROBERTO COLOM Catedrático de Psicología Diferencial en la Universidad Autónoma de Madrid, es uno de los Investigadores de Psicología de España en el ranking of the World Scientists.

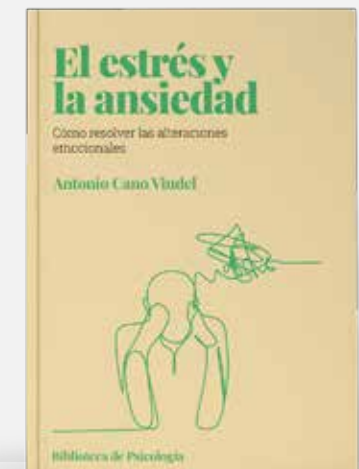


Relaciones afectivas

¿Tú me quieres?

Este libro distingue dos tipos de afectos: los sociales, como el apego y la amistad, presentes desde la infancia hasta la vejez; y los afectos sexuales, como el deseo y el enamoramiento, que se intensifican en la pubertad y persisten en la vida adulta. El libro analiza la importancia del afecto como una necesidad básica para la supervivencia humana y su impacto en nuestras vidas.

MARIA BELÉN GUTIÉRREZ BERMEJO Profesora titular Universidad Nacional a Distancia. Con una experiencia de veinte años, ha trabajado en investigación, docencia y clínica con personas con discapacidad intelectual. Es parte activa del grupo de investigación del Instituto de Integración en la Comunidad (INICO) y colabora en el equipo de investigación de la UNED.



El estrés y la ansiedad

Cómo resolver las alteraciones emocionales

Cada vez son más las personas que experimentan niveles altos de estrés y que acarrear estados emocionales intensos, con más nerviosismo o ansiedad. El objetivo esencial de este libro es mostrar de forma clara y rigurosa qué es el estrés, cómo funciona y sus consecuencias. A su vez, ofrece consejos sobre cómo identificar y manejar estas alteraciones emocionales para mejorar la calidad de vida.

ANTONIO CANO VINDEL Catedrático de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid. Psicólogo especialista en psicología clínica, expresidente de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS).

suscríbete
y consigue
el libro



TDAH

Mitos y realidades del déficit de atención

Cada día más niños, adolescentes y adultos son diagnosticados de trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Esta alteración del funcionamiento del cerebro perturba la salud de los afectados en su sentido más amplio. Este libro será de gran ayuda para todos aquellos que sientan curiosidad por entenderlo mejor.

RAFA GUERRERO director de Darwin Psicólogos, es licenciado en Psicología Clínica y de la Salud por la Universidad Complutense de Madrid, doctor en Educación y experto en Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).



Liderazgo

Acercando el futuro a las personas

Las habilidades de liderazgo, la capacidad de influir de forma positiva en las personas en el logro de sus metas, es una competencia esencial y crucial en muchos aspectos de nuestra sociedad.

ÁNGEL BARRASA NOTARIO Catedrático de Psicología Social en la Universidad de Zaragoza y doctor europeo en Psicología de las Organizaciones y del Trabajo por el programa conjunto con mención de calidad de las Universidades Complutense de Madrid, Valencia, Sevilla, Barcelona y Jaume I.

Comprando la colección completa en única entrega recibirás de regalo el libro "Liderazgo. Acercando el futuro a las personas". Puedes abonar tu colección hasta en 6 cuotas sin recargo con tu tarjeta de crédito preferida.

Duelo

Cómo afrontar la pérdida

El duelo es el precio que pagamos por querer. Este libro esboza los principales aspectos relacionados con el duelo y sus manifestaciones, su proceso y las características de un duelo complicado y de otros trastornos que pueden aparecer asociados.

CRISTINA JENARO Catedrática de la Facultad de Psicología en la Universidad de Salamanca y directora de su Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos desde 2012.



Psicología del aprendizaje

No tan distintos del perro de Pávlov.

El aprendizaje asociativo en especies animales permite anticipar eventos basándose en otros y se centra en dos procesos: habituación y sensibilización. Este tomo explica por qué las experiencias repetidas pueden tener diferentes efectos emocionales a través de experimentos y vivencias propias del autor.

JUAN M. ROSAS SANTOS Catedrático de Psicología Básica en la Universidad de Jaén. Doctor en Filosofía y ciencias de la Educación. Investigador postdoctoral en las Universidades de Vermont y Pennsylvania.

Otros títulos de la colección

Inteligencia emocional.

Aprender a gestionar las emociones

Personalidad.

Lo que nos hace únicos

Resiliencia

¿Cómo me levanto después de caer?

Psicología del aprendizaje.

No tan distintos del perro de Pavlov

Comunicación no verbal.

El lenguaje más allá de las palabras

El estrés y la ansiedad.

Cómo resolver las alteraciones emocionales

Relaciones afectivas.

¿Tú me quieres?

Memoria.

Recordar y olvidar

TDAH.

Mitos y realidades del déficit de atención

Inteligencia.

Integrando nuestras capacidades mentales

Duelo.

Cómo afrontar la pérdida

Emociones.

Lo que da calidez a nuestras vidas

Cómo decidimos.

Afrontar el azar y la incertidumbre en la toma de decisiones

Psicología del envejecimiento.

La vejez como oportunidad

BIBLIOTECA DE Psicología

