editorial Kairós

Csikszentmihalyi, Mihaly

# Fluir

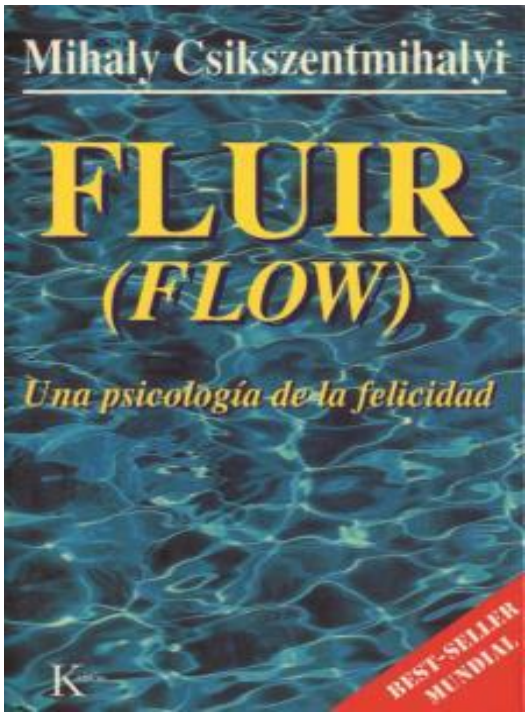
## Una psicología de la felicidad

Al poco de haber aparecido en los Estados Unidos, Fluir (Flow) se ha convertido en un best-seller unánimemente aclamado. El prestigioso New York Times Book Review estima que «Fluir (Flow) es un libro muy importante, toda vez que el camino hacia la felicidad no apunta a un estúpido hedonismo, sino a la asunción consciente de un reto».

Cada año se publican en el mundo multitud de títulos en los que se nos aconseja sobre cómo mantener la forma física, ganar dinero, o desarrollar la autoestima. Sin embargo, lo que estos libros no explican es la manera de incrementar la calidad de la experiencia. Debemos preguntarnos; ¿qué es lo que realmente hace feliz a las personas?, ¿qué es lo que hace que la vida merezca la pena de ser vivida?

Durante más de veinte años, Mihaly Csikszentmihalyi (pronúnciese Cis-zen-mijáli) se ha entregado, precisamente, al estudio de los "estados de experiencia óptima", esos momentos en los que uno se siente poseído por un profundo sentimiento de gozo creativo, momentos de concentración activa, de absorción en lo que se está haciendo. Como resultado de sus investigaciones, el autor explica que el meollo de la "experiencia óptima" es un estado de conciencia al que denomina flow, "fluir".

El presente libro explic...




| | |
|---|---|
| **Editorial** | Kairós |
| **Col·lecció** | Psicología |
| **Enquadernació** | Tapa blanda o rústica |
| **Pàgines** | 448 |
| **Mida** | 130x200x25 mm. |
| **Pes** | 467 |
| **Idioma** | Español |
| **Tema** | Psicología, pedagogía, autoayuda |
| **EAN** | 9788472453722 |
| **PVP** | 19,50 € |
| **PVP sense IVA** | 18,75 € |

9788472453722