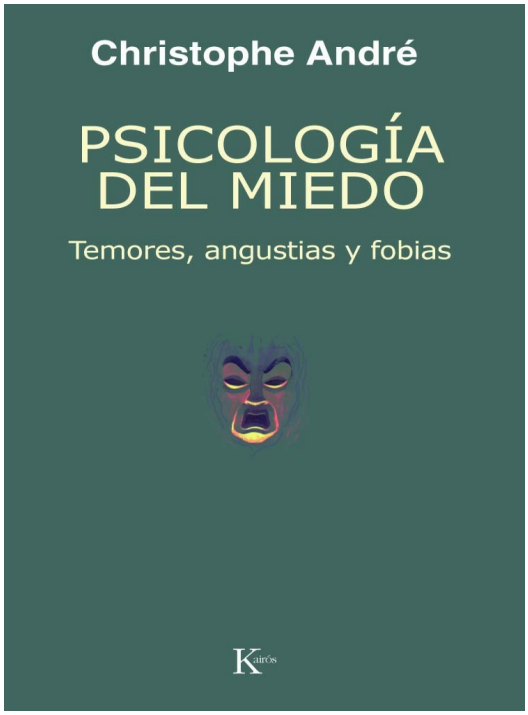
editorial Kairós

Christophe, André

Psicología del miedo

Temores, angustias y fobias

A veces el miedo nos salva la vida; pero también la puede arruinar. El miedo nos hace temblar, llorar, retroceder. Nos fuerza a renunciar a muchas cosas. Nos afecta a todos. Para muchísimas personas, el miedo es un problema.
¿Qué es el miedo?
Psicología del miedo es un excelente libro de referencia que nos ayuda a comprender por qué pueden desajustarse los mecanismos que regulan nuestros miedos y cómo -entonces- nuestro cerebro emocional toma el mando. Mediante relatos sorprendentes, en ocasiones conmovedores, uno de los mejores especialistas franceses en temores y fobias nos invita a acompañarle en sus sesiones de terapia. Con su experiencia como médico y psicoterapeuta, el doctor André nos explica cómo trascender el miedo de forma duradera.



Editorial	Kairós
Colección	Psicología
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páxinas	394
Tamaño	130x200x mm.
Peso	422
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788472455962
PVP	22,00 €
PVP sen IVE	21,15 €

9788472455962