



Miró, María Teresa

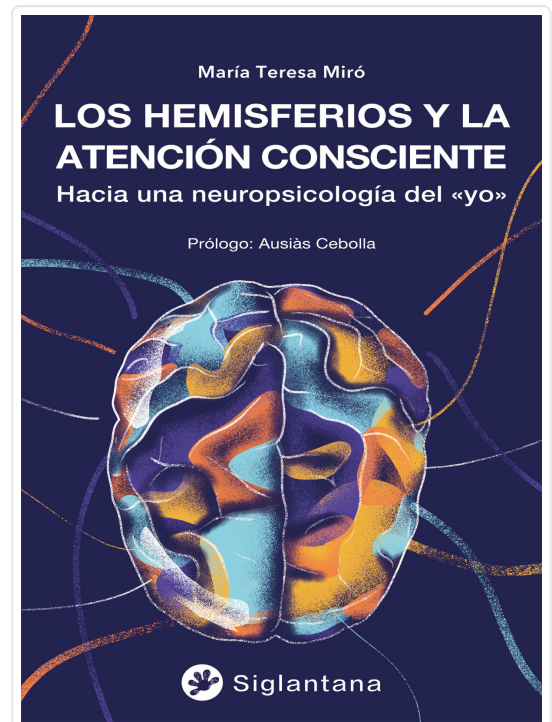
Los hemisferios y la atención consciente

Hacia una neuropsicología del «yo»

A través de la hipótesis de los hemisferios y siguiendo la obra del famoso psiquiatra británico Iain McGilchrist, la psicóloga y doctora María Teresa Miró nos invita a conocer de cerca el funcionamiento de cada uno de los dos hemisferios del cerebro y nos explica cómo se relacionan entre sí.

Los hemisferios y la atención consciente es una exploración profunda de por qué nuestra sociedad contemporánea, cada vez más marcada por el aislamiento y el sufrimiento, necesita recurrir a las prácticas contemplativas como la meditación y la reflexión.

Esta obra expone con claridad los avances de la neuropsicología y los combina con una serie de ejercicios prácticos de atención consciente que nos ayudarán a tener una vida más plena, serena y significativa.



Editorial	Siglantana
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	246
Tamaño	200x130x20 mm.
Peso	256
Idioma	Español
Tema	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788418556548
PVP	18,90 €
PVP sin IVA	18,17 €

