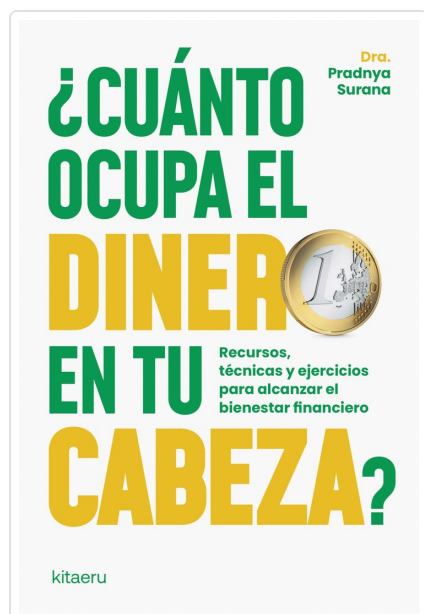


CUÁNTO OCUPA EL DINERO EN TU CABEZA?



SURANA, DRA. PRADNYA

SINOPSIS

Dicen que el dinero no da la felicidad y, de hecho, la ciencia dice que más allá de cubrir las necesidades básicas, más dinero NO nos hace significativamente felices. ¿Cuánto ocupa el dinero en tu cabeza? no es simplemente otro libro sobre finanzas personales. La Dra. Pradnya Surana combina psicología clínica y experiencia financiera para proponernos una visión revolucionaria en la forma en que entendemos nuestra relación con el dinero: no es cuestión de números, sino de emociones. Este libro desentraña la compleja red de emociones, creencias y comportamientos que gobiernan nuestra relación con el dinero. Surana propone a los lectores herramientas de la psicología positiva, terapias cognitivo-conductuales y técnicas de 'mindfulness' (autoconocimiento, gratitud, autocompasión y escritura expresiva) para que cada lector encuentre cuáles le van a ayudar a transformar su vida para que sea más plena, serena y libre de angustia. Hipotecas, deudas, ahorro, jubilación y compras compulsivas dejarán de ser fuente de ansiedad y zozobra porque tu mente podrá manejar mejor tus pensamientos y emociones....



Editorial	ANAYA FONDO
Materia	[VSB] FINANZAS PERSONALES
EAN	9788410428430
Status	Disponible
Páginas	432
Tamaño	230x155x0 mm.
Peso	722
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	05/02/2026