

Presentación del libro
COMPRENDIENDO CÓMO SOMOS
autora: Ana Gimeno-Bayón Cobos
Bilbao: Desclée de Brouwer (233 pp.)

En un recorrido panorámico y sistematizado por los temas básicos de la Psicología General, con especial acento en el tema de la personalidad, el libro aborda los contenidos propios de la misma de una forma sencilla, amena y didáctica, como es típico en la Psicología Humanista. La preocupación porque su vocabulario sea fácilmente inteligible, hace de este libro un instrumento de estudio flexible y adecuado a necesidades y públicos diversos.

Esta obra puede ser de gran utilidad tanto a universitarios que deseen conocer el enfoque psicológico-humanista de forma panorámica, como a profesionales o voluntarios de la relación de ayuda (pedagogos, médicos, orientadores, maestros, A.T.S. y diplomados en Enfermería, abogados, profesores, monitores del grupo, miembros del voluntariado social, etc.).

Asimismo, este libro se dirige al público en general, a todas aquellas personas interesadas por la Psicología y que deseen ampliar su propio autoconocimiento y el de aquéllos que los rodean. El carácter concreto y pragmático del contenido permite una fácil utilización de los conocimientos para ponerlos en relación con la vida cotidiana.

Los temas que aborda son los siguientes:

- Capítulo 1. La personalidad humana
- Capítulo 2. La motivación
- Capítulo 3. Estructura de la personalidad
- Capítulo 4. La dimensión corporal
- Capítulo 5. La afectividad
- Capítulo 6. Los procesos cognitivos
- Capítulo 7. La actuación humana
- Capítulo 8. La interacción humana
- Capítulo 9. El aprendizaje

Al final de cada capítulo se incluyen algunos ejercicios de observación y autoconocimiento para ayudar a la aplicación y fijación de los contenidos didácticos del mismo.