

ENEAGRAMA ESENCIAL

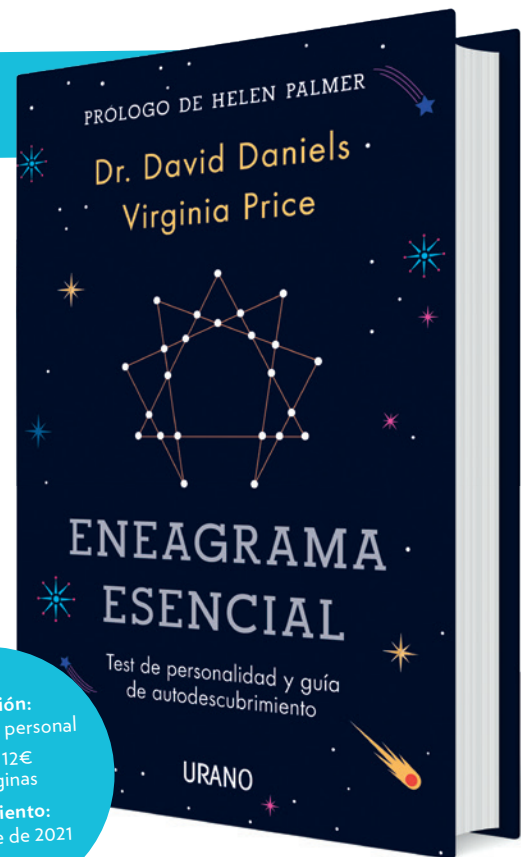
David Daniels y Virginia Price

Edición revisada de una obra única, llena de información fundamental sobre cada uno de los nueve tipos de personalidad que además incorpora test y guía de autodescubrimiento para poder entender el Eneagrama.

Más que una técnica de diagnóstico de la personalidad, el Eneagrama es una valiosa guía en el camino hacia la comprensión y el desarrollo de nosotros mismos. En este libro, David Daniels, profesor de psiquiatría de la facultad de medicina de la Universidad de Stanford, y Virginia Price, psicóloga y consejera, presentan el único test del Eneagrama desarrollado científicamente y basado en investigaciones exhaustivas y contrastadas a lo largo del tiempo.

Entre los muchos títulos sobre este tema, ***Eneagrama esencial*** ofrece la mejor síntesis de los fundamentos del Eneagrama publicada hasta el momento. En esta obra se encuentran diferentes test para determinar de manera sencilla y exacta cuál es el tipo de personalidad de cada uno. Daniels y Price facilitan las instrucciones para realizar paso a paso un inventario de lo que pensamos, sentimos y experimentamos. A continuación nos hacen descubrir cómo funciona cada tipo, en aspectos como el bienestar personal y la relación con los demás, y nos ayudan a potenciar nuestros aspectos positivos.

A lo largo de sus páginas los lectores descubrirán los nueve tipos de personalidad -perfeccionista, dador, realizador, romántico, observador, escéptico leal, epicúreo, protector, mediador- gracias a los ejercicios prácticos orientados al desarrollo personal y pensados para incrementar el conocimiento de nosotros mismos y mejorar nuestra calidad de vida.



Colección:
Crecimiento personal
P.V.P.: 12€
160 páginas
Lanzamiento:
septiembre de 2021

David Daniels

Fue profesor de psiquiatría en la escuela de medicina de la Universidad de Stanford. Fue uno de los pioneros en Estados Unidos en utilizar y enseñar la técnica del Eneagrama.

Virginia Price

Es doctora en psicología. Su labor se ha centrado en la investigación y la divulgación psicológica.

«Esta obra largamente esperada es imprescindible para toda persona interesada en la comunicación eficaz, las relaciones comprensivas y, en definitiva, la libertad para ser un ser humano completo.»

Helen Palmer, prologuista del libro.