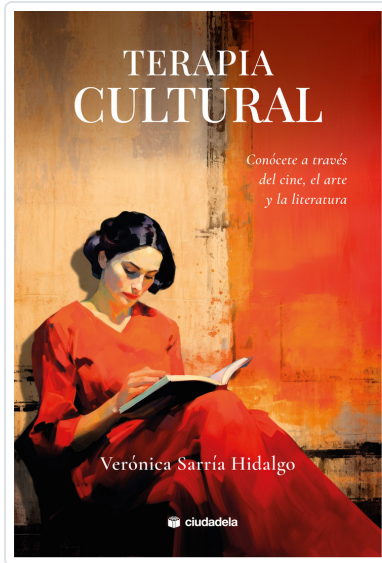


Terapia cultural



Sarría Hidalgo, Verónica

SINOPSIS

¿Y si Los miserables de Victor Hugo pudiera enseñarte algo sobre tu identidad?, ¿si las pinturas de niños jugando

en la playa de Joaquín Sorolla pudieran revelarte algo sobre la felicidad?, ¿si la película El club de los poetas muertos escondiera una lección sobre cómo gestionar tus emociones?

Terapia cultural es una invitación a detenerse, mirar hacia dentro y redescubrir el cine, el arte y la literatura como aliados para conocerse mejor y cuidar la salud mental. Este libro propone un recorrido por los grandes temas de la psicología como la ansiedad, la autoestima, la resiliencia, el apego o la búsqueda de la felicidad, entre muchos otros, de la mano de grandes libros, películas y obras de arte.

Lejos de ofrecer respuestas cerradas, estas páginas abren preguntas y despiertan una mirada más consciente sobre aquello que vemos, leemos y sentimos. Porque la cultura no solo entretiene: también nos forma, nos consuela, nos ayuda a entendernos y, en ocasiones, nos cura....



Editorial	CIUADDELA
Materia	SALUD-RELACIONES- DESARROLLO PERSONAL
EAN	9791388328008
Páginas	256
Tamaño	215x145x15 mm.
Peso	400
Precio (Imp. inc.)	19,90€
Fecha de publicación	03/06/2026