



Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition)

María Teresa Orozco Alonso



Descargar



Leer En Linea

Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) María Teresa Orozco Alonso

Escuchar música es cada vez más habitual en nuestras vidas. La investigación psicológica actual pone de manifiesto que no sólo se trata de una actividad recreativa o de ocio, sino que además juega un papel muy importante en el desarrollo de los seres humanos: inspira emociones, ayuda a refinar las habilidades motoras, a reducir conflictos interpersonales y rebajar tensiones, favorece el altruismo y la solidaridad, permite comunicar a los demás lo que se siente, y ayuda a la regulación emocional.

Psicología y música presenta un actualizado recorrido por las aportaciones que la investigación psicológica y la procedente de otras disciplinas nos brindan. Así, se contemplan las relaciones entre la personalidad y los gustos musicales, la inteligencia y creatividad, las emociones y el empleo de la música en distintos ámbitos como el rendimiento laboral y deportivo, el consumo, los trastornos musicales, etc. Se incluye también el comentario de obras recomendadas y direcciones electrónicas de interés sobre los temas musicales más adecuados para la realización de distintas actividades.

LA AUTORA

María Teresa Orozco Alonso, es psicóloga y periodista, experta en terapia cognitivo-conductual y magíster en inteligencia emocional por la Universidad Complutense de Madrid. Su trayectoria profesional se ha desarrollado en diferentes áreas de la psicología como la intervención psicoterapéutica y la coordinación de programas de salud y de desarrollo personal. Participa como profesora en el Magíster de Inteligencia Emocional e Intervención en Emociones y Salud, y en el Curso de Experto en la Ansiedad y el Estrés de la Facultad de Psicología de la UCM. Es colaboradora honorífica del Departamento de Psicología Básica (Procesos cognitivos) de la UCM, donde lleva a cabo su actividad investigadora sobre música y la psicología. Como psicóloga en el ámbito clínico, trabaja en Quality Psicólogos y colabora en la formación continuada de otros profesionales a través de cursos monográficos y programas de coaching. En febrero de 2013 obtuvo el reconocimiento por parte del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid por su implicación en la divulgación de la

psicología en los medios de comunicación, actividad profesional que le ha permitido combinar sus dos pasiones: la psicología y el periodismo.

SOBRE LA COLECCIÓN *PSICOLOGÍA, BIENESTAR Y SALUD*

La colección Psicología, bienestar y salud surge con el propósito de abordar un conjunto de temas de interés desde una perspectiva divulgativa, en la que se conjuguen la actualización y rigor científico con una presentación de contenidos clara, atractiva y de fácil lectura. Los títulos que integran la colección van dirigidos tanto al gran público, potencialmente interesado en los diversos temas tratados, como a estudiantes y profesionales de los distintos campos en que estos tópicos tienen especial relevancia.

Juan José Miguel Tobal

Catedrático de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid

Director de la colección Psicología, bienestar y salud

 [Descargar Psicología y música: Ensayo para comprender el impact...pdf](#)

 [Leer en línea Psicología y música: Ensayo para comprender el impa...pdf](#)

Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition)

María Teresa Orozco Alonso

Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) María Teresa Orozco Alonso

Escuchar música es cada vez más habitual en nuestras vidas. La investigación psicológica actual pone de manifiesto que no sólo se trata de una actividad recreativa o de ocio, sino que además juega un papel muy importante en el desarrollo de los seres humanos: inspira emociones, ayuda a refinar las habilidades motoras, a reducir conflictos interpersonales y rebajar tensiones, favorece el altruismo y la solidaridad, permite comunicar a los demás lo que se siente, y ayuda a la regulación emocional.

Psicología y música presenta un actualizado recorrido por las aportaciones que la investigación psicológica y la procedente de otras disciplinas nos brindan. Así, se contemplan las relaciones entre la personalidad y los gustos musicales, la inteligencia y creatividad, las emociones y el empleo de la música en distintos ámbitos como el rendimiento laboral y deportivo, el consumo, los trastornos musicales, etc. Se incluye también el comentario de obras recomendadas y direcciones electrónicas de interés sobre los temas musicales más adecuados para la realización de distintas actividades.

LA AUTORA

María Teresa Orozco Alonso, es psicóloga y periodista, experta en terapia cognitivo-conductual y magíster en inteligencia emocional por la Universidad Complutense de Madrid. Su trayectoria profesional se ha desarrollado en diferentes áreas de la psicología como la intervención psicoterapéutica y la coordinación de programas de salud y de desarrollo personal. Participa como profesora en el Magíster de Inteligencia Emocional e Intervención en Emociones y Salud, y en el Curso de Experto en la Ansiedad y el Estrés de la Facultad de Psicología de la UCM. Es colaboradora honorífica del Departamento de Psicología Básica (Procesos cognitivos) de la UCM, donde lleva a cabo su actividad investigadora sobre música y la psicología. Como psicóloga en el ámbito clínico, trabaja en Quality Psicólogos y colabora en la formación continuada de otros profesionales a través de cursos monográficos y programas de coaching. En febrero de 2013 obtuvo el reconocimiento por parte del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid por su implicación en la divulgación de la psicología en los medios de comunicación, actividad profesional que le ha permitido combinar sus dos pasiones: la psicología y el periodismo.

SOBRE LA COLECCIÓN *PSICOLOGÍA, BIENESTAR Y SALUD*

La colección *Psicología, bienestar y salud* surge con el propósito de abordar un conjunto de temas de interés desde una perspectiva divulgativa, en la que se conjuguen la actualización y rigor científico con una presentación de contenidos clara, atractiva y de fácil lectura. Los títulos que integran la colección van dirigidos tanto al gran público, potencialmente interesado en los diversos temas tratados, como a estudiantes y profesionales de los distintos campos en que estos tópicos tienen especial relevancia.

Juan José Miguel Tobal

Catedrático de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid

Director de la colección Psicología, bienestar y salud

Descargar y leer en línea Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud n° 3) (Spanish Edition) María Teresa Orozco Alonso

Format: Kindle eBook

Download and Read Online **Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud n° 3) (Spanish Edition) María Teresa Orozco Alonso**
#EWGNV7RTQ3L

Leer Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso para ebook en línea
Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros
Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso para leer en línea.
Online Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso ebook PDF descargar
Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso Doc
Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso Mobipocket
Psicología y música: Ensayo para comprender el impacto de la música sobre nuestro espíritu (Psicología, Bienestar y Salud nº 3) (Spanish Edition) by María Teresa Orozco Alonso EPub
EWGNV7RTQ3LEWGNV7RTQ3LEWGNV7RTQ3L