

Envejecimiento, actividad física y desarrollo emocional

Autor: Jesús Fortuño Godes y Jordi Segura Bernal

Ed: Editorial UOC (2021)

Se ha debatido sobremanera del progresivo envejecimiento de la sociedad, de los retos resultantes como individuos y como colectividad, en un proceso que nos obliga a resituarnos y redefinirnos en aras a maximizar la calidad de vida en ese último transcurrir. En este libro, los autores aúnan el universo de la educación física y el conocimiento neuropsicológico para ofrecer al profesional del sector, fundamentación teórica rigurosa y propuestas prácticas – que, mediante expresiones como la música, la danza o el trabajo lúdico- contribuyan a proporcionar bienestar psicofísico (“Seitai”). Un libro recomendable y a tener en cuenta en la intervención con personas mayores.

PSICOLOGÍA
JESÚS FORTUÑO GODES
JORDI SEGURA BERNAL
(EDS.)
**ENVEJECIMIENTO,
ACTIVIDAD FÍSICA Y
DESARROLLO EMOCIONAL**

Prólogo de Rafael Bisquerra



EDITORIAL UOC

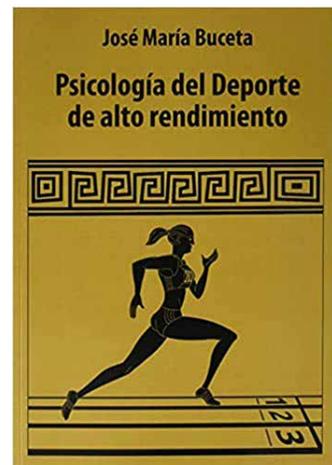
155 p.

Psicología del deporte de alto rendimiento

Autor: José María Buceta Fernández

Ed: Dykinson (2020)

El psicólogo José María Buceta trata en este libro sobre una temática de interés creciente en los últimos tiempos. La importancia de la disciplina psicológica en la élite deportiva con el fin de optimizar su máximo rendimiento. En la obra se distinguen dos partes. En la primera, se exponen las características del deporte de élite y se analiza el papel de la psicología en la búsqueda del alto rendimiento. En la segunda parte, se centra en el análisis de las variables psicológicas que influyen en el deportista, la objetivación de las mismas que faciliten la posterior adopción de estrategias y técnicas de intervención, así como la incorporación de medidas preventivas. Un libro dirigido principalmente a estudiantes y profesionales de la psicología.



¡Vamos, Rafa!

El factor mental en el deporte ¿enemigo, o aliado?

Autor: José María Buceta Fernández

Ed: Dykinson (2022)



Bajo un título muy revelador, José María Buceta nos ofrece este libro de divulgación psicológica apto tanto para profesionales como para personas interesadas en la cuestión. En un lenguaje muy comprensible, pero sin perder la rigurosidad avezada, el autor recoge aquellas variables psicológicas que explican tanto los éxitos y los fracasos, ya sean momentáneos o perdurables, como las expectativas creadas y la frustración experimentada; y variables sociales, como el entorno familiar o el rol eventual desempeñado por el psicólogo o la psicóloga del deporte. En definitiva, un libro con abundantes referencias, algunas de ellas conocidas, que le permitirán al lector/a una agradable lectura.