

Robert Waldinger · Marc Schulz

Una BUENA VIDA



EL MAYOR ESTUDIO MUNDIAL PARA RESPONDER
A LA PREGUNTA MÁS IMPORTANTE DE TODAS:
¿QUÉ NOS HACE FELICES?



Fecha de publicación:

28/08/2023

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Zoraya Peñuela R. (Jefe de prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1214

Email: zorayap@planeta.com

Nombre: Susana Serrano Arango
(Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1215

Email: susana.serrano@planeta.com.co

Nombre: Tatiana Andrade (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1216

Email: ltandrade@planeta.com.co



Una buena vida

Marc Schulz

El mayor estudio mundial para responder a la pregunta más importante de todas: ¿Qué nos hace felices?

El mayor estudio mundial para responder a la pregunta más importante de todas: ¿Qué nos hace felices?

¿Qué nos hace felices? Hace más de ocho décadas, la Universidad de Harvard se propuso dar respuesta a esa pregunta y puso en marcha uno de los estudios más importantes hasta la fecha. Eligieron a una población de cientos de personas y durante años estuvieron entrevistándolas, haciéndoles análisis y siguiendo su desarrollo profesional y personal. Han seguido la vida de ciudadanos desde su juventud hasta su deceso y han indagado en sus motivaciones, su carrera profesional y sus relaciones personales. Algunos fracasaron o se arruinaron, mientras otros se hicieron millonarios o llegaron a ocupar las más altas posiciones de poder, y hubo quien padeció largas enfermedades, al tiempo que otros gozaban de una salud inquebrantable.

A través de inspiradoras historias reales, este libro nos brinda la respuesta más importante de todas, la conclusión a un estudio que cambiará para siempre nuestra perspectiva sobre la felicidad y nos enseñará que nunca es demasiado tarde para darle un giro a nuestras vidas. Porque la salud y el éxito profesional influyen, por supuesto, pero nada es tan importante para alcanzar una vida larga, plena y satisfactoria como lo son las relaciones personales.

Marc Schulz

Robert Waldinger es profesor de Psiquiatría en el Harvard Medical School, director del Centro de Terapia Psicodinámica e Investigación del Hospital General de Massachusetts y director del Harvard Study of Adult Development. Ha publicado numerosos estudios científicos y dos libros académicos. Es psiquiatra, psicoanalista y monje zen.

Marc Schulz es PHD en Psicología de la Universidad de California y profesor de Psicología en Bryn Mawr College. Es director asociado del Harvard Study of Adult Development y autor de numerosas publicaciones científicas.