



mia

Nacional Femenina
Semanal

Tirada: **287.011**
Difusión: **193.816**
(O.J.D)
Audiencia: **678.356**
(E.G.M)
02/11/2009

Sección: -
Espacio (Cm_2): **584**
Ocupación (%): **99%**
Valor (€): **9.534,25**
Valor Pág. (€): **9.600,00**
Página: **40**



Imagen: **Si**

DOSSIER

psico lectura

"UN LIBRO TE PUEDE INDICAR LA RUTA"



Javier Urra, ex Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid, es un psicólogo cabal, certero. www.javierurra.com.

¿Cómo puede ayudarnos un libro a educar a nuestros hijos?

• Un libro sirve como un GPS para indicarnos la ruta, plantearnos preguntas, probar nuevos sistemas, confirmar criterios, dialogar con nuestra pareja, motivarnos y poner lo aprendido en práctica.

¿Qué es básico inculcarles?

• En nuestros hijos tiene que crecer la ilusión por la vida, el respeto a sí mismos y a los demás, el agradecimiento, la capacidad de esfuerzo y voluntad, la sensibilidad, el amor a la belleza y a los pequeños detalles...



'Al educar, uno se interroga, aprende de sus hijos, agradece lo que le transmitieron sus padres', dice Urra. Aguilar, 22,50 €.

SALUD, DEL CUERPO AL ESPÍRITU



El inconsciente superior (el alma) estimula todo el organismo. ¿Cómo 'limpiarlo'? La belleza puede ayudar. Urano, 13 €.



La enfermedad puede ser fuente de sabiduría y hacer que el día a día cobre sentido. Castillo merece la pena. Ceac, 14,95 €.



Hay gente que da energía y otra que la quita... Sabrás cómo controlar las propias, canalizarlas y escapar de las ajenas. Integral, 17 €, aprox.

FAMILIA (EL CLAN)



Para aprender de aciertos y errores ajenos. Cinco casos de madres e hijos diferentes. Plataforma, 17 €.



Ser buenos padres, tirando de humor, comprensión, sin que 'estar siempre ahí' sea una carga. Urano, 14,25 €.

SEXO & PAREJA



Pero ¿llegaremos a entendernos algún día? Y más aún, ¿sabremos buscar ese tan difícil término medio? Amat, 14,96 €.

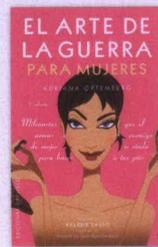


El adiós en la pareja se produce muchas veces antes de que acabe la relación. Para saber reconocerlo y afrontarlo. Plataforma, 16 €.



Recursos concretos para afianzar lazos y solucionar conflictos, de la creadora de la terapia centrada en las emociones. Urano, 14 €.

MUJER ACTUAL



¡Échale estrategia! El arte de la guerra de Sun Tzu adaptado al día a día de la mujer actual. Obelisco, 6,50 €.



Para frenar la ansiedad, el estrés de intentar hacerlo todo bien, rápido y con mucho amor... Paidós, 20 €.

<http://www.miapractica.es>: entra, sabrás más sobre este tema

