



EDUCACIÓN HIJOS

Siempre contigo
Neil L. Bernstein
A diferencia del pasado, hoy se espera que los padres estén involucrados en la vida de los niños, que expresen sus sentimientos, que concilien trabajo y familia: que sean superpapás. Ellos se esfuerzan más que nunca e intentan compartir la crianza a partes iguales, pero a muchos les abruma la culpa de no estar construyendo la relación que se prometieron tener con sus hijos. El psicoterapeuta Neil L. Bernstein, con más de treinta años de experiencia en terapia familiar, recurre a sus conocimientos y a infinidad de casos extraídos de la vida real para ayudar a los padres a conocerse mejor a sí mismos y, aceptando las propias

limitaciones, encontrar el camino hacia una paternidad, si no ideal, sí consciente y responsable. El primer programa de automejora específico para el sector masculino, que te ayudará a convertirte en un buen modelo paterno para tus hijos, desde el nacimiento hasta la adolescencia... y más allá, hasta la edad adulta. Mundo Urano 288 páginas. 15 €.

Nunca quieto, siempre distraído, ¿Nuestro hijo es hiperactivo?
Paulino Castells

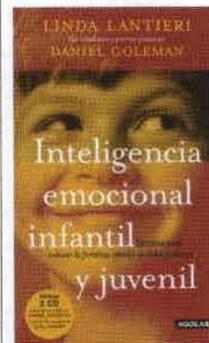


¿Nuestro hijo es hiperactivo? ¿Cómo diferenciar un niño nervioso de uno que sufre THAH (trastorno por déficit de atención con hiperactividad)? ¿Cómo se trata este trastorno? ¿Le afectará en su vida adulta? Alfonso Delgado Rubio,

catedrático de pediatría y Puericultura de la Universidad del País Vasco y presidente de la Asociación Española de Pediatría, firma el prólogo de esta obra. Paulino Castells, doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Barcelona, especialista en pediatría, neurología y psiquiatría, aborda el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (THAH) desde diferentes ángulos y ayuda a reconocerlo en cada tramo de edad. Los niños y adolescentes impulsivos, que vuelven locos a los profesores y desconciertan a los padres, que no paran quietos y muestran desatención, son susceptibles de padecer este trastorno que, si no lo trata un especialista, puede influir negativamente en su comportamiento en la edad adulta. Ediciones CEAC, 160 págs. 14,95 €

Inteligencia emocional infantil
Linda Lantieri
La experta de fama mundial en el campo del aprendizaje social y emocional, la resolución de conflictos y la intervención en situaciones de estrés, Linda

Lantieri, se alía en esta obra con el psicólogo Daniel Goleman para ayudar a que los niños respondan a los particulares desafíos del siglo XXI y no sufran sus repercusiones. Por primera vez se ofrecen al público las técnicas demostradas de Linda

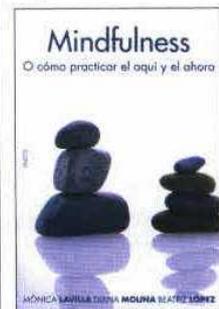


Lantieri para aumentar la autoestima, mejorar la concentración y la conciencia, y potenciar la empatía y la comunicación. Este poderoso programa se organiza según las diferentes edades y va acompañado por un CD con ejercicios dirigidos por Daniel Goleman, en la versión inglesa original, y por otro en castellano con voz y música de Elsa Punset. Aguilar. 184 págs + 2 CD. 19,50 €

CONSCIENCIA

Mindfulness
Mónica Lavilla
El mindfulness, conciencia plena, tiene un papel muy

destacado en el budismo. Redescubierta en Estados Unidos, es una técnica de control sobre el momento presente muy de moda entre los procedimientos terapéuticos actuales. El mindfulness nos enseña a centrar nuestra atención en lo que hacemos en cada momento y a percibir qué sentimos o pensamos, por qué y para qué; a rechazar automatismos y a desarrollar un estilo de vida autoconsciente. Mediante esta práctica, cada persona se convierte en protagonista de su mejora, pues llega a comprender cómo se relaciona con su padecimiento



y aprende a potenciar sus propios mecanismos de regulación. Es una técnica que nos sitúa en el momento presente y nos exhorta a observar los hechos - a nosotros mismos - sin