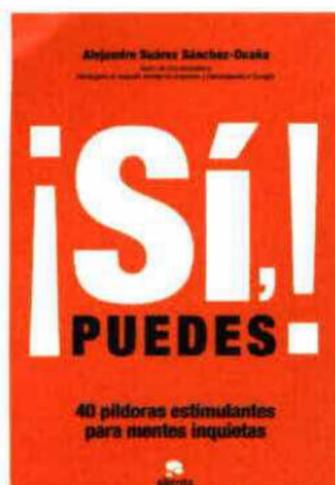


Nuestra selección del mes



PSICOLOGÍA

¡Sí, puedes!
Alejandro Suárez Sánchez-Ocaña

La motivación es algo imprescindible para iniciar cualquier proyecto de cambio. Sin embargo, no surge por arte de magia, sino que hay una serie de herramientas y ejercicios que permiten hacerla aparecer, crecer y mantenerla. Lejos del viejo cliché de "con entusiasmo, todo es posible", este libro ofrece una nueva perspectiva sobre la motivación.

Alienta. 240 págs. 14,95 €

El sentido común a su alcance
Claudi Alsina

La mayoría de nosotros señalaríamos entre nuestras cualidades más destacadas el sentido común, y, sin embargo, los hechos demuestran que se trata de una mercancía escasa. ¿No será que ignoramos en qué consiste? Porque ni la experiencia, ni la edad ni la inteligencia son garantía de sentido común.

Ariel. 248 págs. 18,90 €



EDUCACIÓN

Estimado hijo: lo he hecho lo mejor que he sabido

J. M. Fernández Millán y P. Serrano Peña

A modo de *Cartas para mi hijo adolescente*, este libro plantea las ideas que todos los padres quieren decir a sus hijos, pero no saben, o no se atreven, a plasmar en palabras. Los autores nos hacen reflexionar sobre cómo hacer que nuestros hijos entiendan qué hay detrás de nuestros consejos.

Pirámide. 152 págs. 14 €

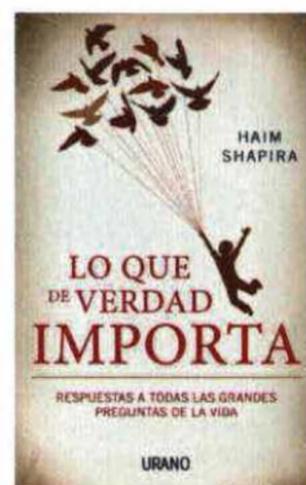
DESARROLLO

Lo que de verdad importa

Haim Shapira

Este libro no ofrece una receta para la felicidad, aunque sus lectores aprenderán a ser más felices. Tampoco es un libro de aforismos, aunque los contiene en abundancia. Ni una obra de humor, aunque arrancará muchas carcajadas.

Quiero leer. 192 págs. 14 €



No te lo tomes de forma personal

Bärbel Wardetzki

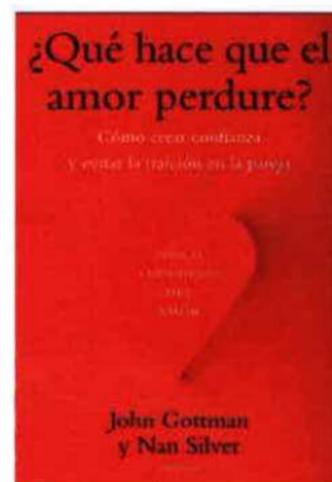
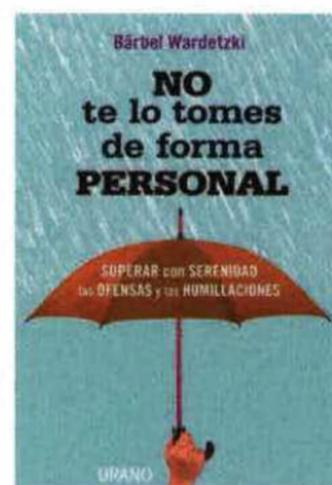
Lo queramos o no, de manera consciente o inconsciente, todos, en algún momento de nuestra vida, ofendemos a otras personas, y todos resultamos ofendidos. La dinámica de las ofensas afecta a nuestras relaciones amistosas y amorosas, a nuestra situación profesional, a las desigualdades sociales y a las discusiones sobre política mundial, así como a nuestro bienestar personal.

Urano. 128 págs. 9 €

No eres gord@, estás gord@

Diego de Olmedilla

Llevas mucho tiempo haciendo dietas, pero no consigues perder esos kilos de



más de forma definitiva. Y es que para adelgazar no basta con hacer régimen. El método Thinking, creado por Diego de Olmedilla, es una propuesta que integra medicina, psicología, ejercicio físico y una dieta natural.

RELACIONES

¿Qué hace que el amor perdure?

John Gottman y Nan Silver

Tras años de investigación, los autores aplican su saber al estudio de la confianza y la traición para identificar los signos que señalan un engaño, y aportarnos estrategias para reparar aquello que está roto.