



## LIBERARSE DE PREJUICIOS

### RELACIONES PERSONALES EXCELENTES

DANIEL A. HUGHES

ED. URANO • BARNA

2014 • 224 PÁG. • 13 €

Daniel A. Hughes es un psicólogo experto en el tratamiento de personas que desarrollaron problemas psicológicos debido a una infancia traumática. En esta original obra muestra, mediante ocho lecciones prácticas, cómo mejorar las relaciones con parejas, hijos, colegas, amigos y conocidos. Hughes invita a ser muy consciente de la infancia, pues ciertas cosas del pasado suelen volver a reproducirse en el momento más inoportuno. Es importante entender cómo aprendimos a vivir y a reaccionar siendo niños, dado que eso condiciona nuestra conducta y perspectiva actuales.