

Lecturas sugerentes y sugeridas a recomendar...

Recogidas por el Grupo Comunicación y Salud entre sus miembros

- "La inutilidad del sufrimiento" de Maria Jesús Álava. Para aquellos pacientes en los que detectas que sufren y padecen en sobremanera por todo o casi todo
- "Inteligencia emocional" de Goleman.
- "Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva", de Covey
- "Ayudarse a sí mismo", Repasa los pensamientos disfuncionales y propone un método para reorientar las disfunciones emocionales
- "El hombre en busca de sentido", Viktor Frankl
- "La vida es buena si no te rindes" interesante comic de SETH.
- "Psicoanálisis de los cuentos de hadas", de Bruno Bettelheim.
- "De dónde venimos?", de Peter Mayle, e ilustrado por Arthur Robins. Sobre la educación sexual
- "Qué me está pasando?", Sobre el paso a la pubertad
- "Manías y Caprichos (soluciones para niños que no comen ó que comen demasiado)" de John Pearce.
- "Ser padre". Bill Cosby. Tiene bastante gracia y desmitifica muchos miedos.
- "No hay padres perfectos". Bruno Bettelheim . Sólo saber que hay un libro "grandote" de uno de los popes de la PSIQUIATRIA INFANTIL, que dice que no existen padres perfectos, pues cómo que tranquilizan mucho.
- "Qué hay que enseñar a los hijos". Victoria Camps
- "Preparaos, papás" , Dr Vicente Molina
- "Cómo no ser una madre perfecta" Libby Purves. Divertido. Para las nuevas mamás. Todas esas a las que el bebé les pesa 1000kg, un libro que no sienta cátedra, pero que hace pensar mientras sonrías.
- "Duérmete, niño" del famoso Dr. Estivill
- "Te lo contaré en un viaje" de Carlos Garrido
- "La paradoja" James C. Hunter. Para jefes estresados
- "El acoso moral" Marie-France Hirigoyen. Ante sospecha o casos de malos tratos
- "El arte de amargarse la vida" de Paul Watzlawick Para que las personas aumenten su locus de control interno sobre lo que hacen y para que se den cuenta de que lo que hacen no sirve a otro propósito que el de amargarse la vida, aunque ellos piensen que lo hacen por su bien.
- "Manual de Ejercicios de Sentirse Bien", de David D. Burns. Enseña a trabajar con los pensamientos negativos de la depresión y la ansiedad (fundamentalmente)
- "El camino de la felicidad", Jorge Bucay
- "El camino de la autodependencia", Jorge Bucay
- "El camino del encuentro", Jorge Bucay

- “El camino de las lagrimas”, Jorge Bucay
- “Cuentos para pensar”, Jorge Bucay
- “Déjame que te cuente”, Jorge Bucay
- “La princesa que creía en cuentos de hadas”, de Marcia Grad
- “Martes con mi viejo profesor”, de Mitch Albom
- “El caballero de la armadura oxidada” de Robert Fisher
- “¿Quién se ha llevado mi queso?”, de Spencer Jonson. Sirve mucho para el que lo entienda
- “Tratamiento psicológico del pánico-agorafobia”, manual de autoayuda, paso a paso.: Carmen Pastor / Juan Sevilá
- "Darkness Visible" William Styron Descripción del trabajo del autor con una depresión muy grave.El autor es muy conocido en USA y puede que esté traducido al castellano
- “Vencer los miedos” Lucien Auger
- "Anorexia y bulimia, guía para padres, educadores y terapeutas" de Rosa Calvo
- “El bambú japonés” Anónimo. Escrito por una paciente con anorexia.
- “La asertividad: expresión de una sana autoestima”: Olga Castayer.
- "Es fácil dejar de fumar si sabes como" de Allen Carr
- “El desarrollo vital del Hombre” Livegoed, Bernard. Varias corrientes para abordar y comprender las crisis humanas. Son unas 150 páginas, no muy complejas, orientadas más al profesional que al paciente pero que puede servir
- “Buscando el hilo de mi vida” Gudrum Burkhard: Desarrolla uno de los estilos de abordar la crisis biográficas y de una forma profunda, rigurosa y a la vez asequible al público. Recoge la dimensión espiritual humana como el significado que tiene nuestra vida y que no es traducible intelectualmente a meros conceptos
- “Los hombres son de Marte y las mujeres de venus”, de Jonh Gray:
- “La pareja multiorgasmica”, para las parejas de entre 40 a 60 que se quedan solos en casa el marido quiere rollito y ella pasa de sexo o a esos que aún se quieren pero el marido "falla". Para leer juntos .Lo peor el corte que da ir a pedirlos a la librería
- "Hot sex cómo practicarlo" Tracey Cox
- “Vivir en pareja”, de Joan Corbella
- “Hombre y Mujer Gudrum Burkhard: Recoge las diferencias entre la percepción y comprensión de mundo entre hombres y mujeres. Tampoco se restringe a lo mecánico-biológico, y también da el salto a la dimensión espiritual.
- “Lo que toda mujer debe saber sobre los hombres". Brothers. Para disminuir los sufrimientos de las mujeres que no comprenden a sus maridos, y para reconocer cuando a nosotras nos falta "conocimiento de causa" sobre el hombre.
- "Mujeres que aman demasiado". Espléndido pero duro, hay que cuidar a quien se le manda. Os recomiendo leerlo

- “Las penas del joven Werther” Goethe, Wolfgang: Novela insustituible para las decepciones amorosas por el autor más brillante de la Literatura Alemana de todos los tiempos
- “El poder del Ahora” y “Practicando el poder del Ahora Tolle, ¿Edgar?:
Conduce de una forma sencilla y asequible a la experiencia serena del ahora. Sobre ello va neutralizando las representaciones, creencias y prejuicios que tenemos en torno al mundo espiritual, para que éste se nos manifieste de una forma cercana y asequible
- “El camino del amor” Chopra, Deepak. Con una perspectiva profunda como trasfondo, expone unos cuantos ejercicios para dejarse llevar, por lo que suelo recomendarlo en personas que tienen una fuerte necesidad de controlarlo todo (típico de los estresados).
- “De la normalidad a la salud”. Külewind, George: Como buen científico, ha llevado el rigor y la perseverancia a la introspección interior y expone un método exigente y certero para avanzar en el camino del autoconocimiento. La fundamentación epistemológica es mucho más sólida de lo que estamos acostumbrados en libros habituales de autoayuda. Autor recomendado a quienes quieren profundizar en el mundo espiritual con los pies en la tierra.
- “El manual del guerrero de la luz” de Paulo Coello. Para apoyar al que está en situaciones difíciles y no lloriquea en la consulta
- “Veronika decide morir”, de Paulo Coello
- “Como triunfar en la vida y los negocios ” Dale Carnegie
- "Aprendo a vivir" de Bernabé Tierno. Ed. Temas de hoy.
- "La muerte y los niños" de Kubler Ross, A familias con niños enfermos de cancer
- "Como morimos” de Sherwin Nuland; Para afrontar la agonía en el domicilio
- "Vivir hasta despedirnos" de Elisabeth. Kubler-Ross
- "Sobre la muerte y los moribundos", Elisabeth Kubler-Ross
- “La rueda de la vida” de Elisabeth Kubler-Ross
- “Vivir y morir conscientemente”, de Iosu Cabodevilla
- “El Médico” de Noah Gordon. A los residentes y suelen ser para indicarles aspectos relacionados con la relación médico paciente en casos concretos Aspectos fundamentales de la relación médico paciente.
- “La enfermedad de Sach”. Aspectos fundamentales de la relación médico paciente.