



|                         |                                      |                                 |                   |
|-------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|-------------------|
| <b>integral</b>         | Tirada: <b>45.301</b>                | Sección: -                      |                   |
|                         | Difusión: <b>29.944</b><br>(O.J.D)   | Espacio (Cm_2): <b>39</b>       |                   |
| Nacional Medio Ambiente | Audiencia: <b>104.804</b><br>(E.G.M) | Ocupación (%): <b>5%</b>        |                   |
| Mensual                 | <b>01/07/2008</b>                    | Valor (€): <b>216,32</b>        |                   |
|                         |                                      | Valor Pág. (€): <b>3.660,00</b> |                   |
|                         |                                      | Página: <b>86</b>               | Imagen: <b>No</b> |



## LIBÉRATE DE LA CULPABILIDAD

Yves-Alexandre Thalmann

Urano

13 €

250 páginas.

Psicólogo y experto en desarrollo personal, Thalmann ofrece una serie de estrategias para poner fin al sentimiento de excesiva culpabilidad que a veces nos acecha. Asegura que la culpa proporciona control sobre el otro y que sólo aceptando esto seremos capaces de distinguir entre nuestra responsabilidad y la de los demás.