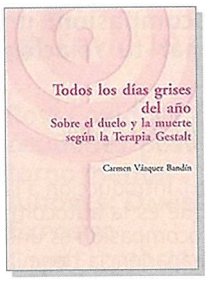
### Todos los días grises del año: sobre el duelo y la muerte según la terapia Gestalt

**Carmen Vázquez Bandín**

*Madrid: Asociación Cultutal Los Libros del CTP; 2020, 238 p. (SIGN.: 8166)*



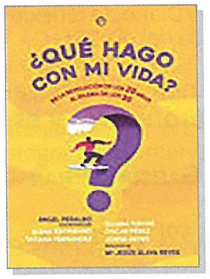

**SUMARIO:** 1. Espérame en el cielo 2. Cuando el destino nos alcance 3. Piedad de mi porque no puedo consolarme 4. Traumas y pérdidas. Un solo ser nos falta y todo queda desolado 5. El duelo, algunas gestalten en tiempos de posmodernidad 6. Ahora y en la hora de nuestra muerte 7. Escritos en tiempos de pandemia -Por quien no doblan las campanas -Cuando ruge la marabunta: el duelo social -Solamente los vivos podemos ser testigos del paso de la muerte. El duelo en tiempos de pandemia 8. Un millón de palabras no pueden hacer que vuelvas. El trabajo psicológico en los duelos "suspendidos".

## Psicología general

### ¿Qué hago con mi vida?: de la revolución de los 20 años al dilema de los 30

**Ángel Peralbo (coordinador), Elena Escribano, Tatiana Fernández, Gloria Tudurí, Óscar Pérez y Jorge Reyes; prólogo de María Jesús Álava Reyes**

*Madrid: La Esfera de los Libros; 2021, 293 p. (SIGN.: 8165)*




**SUMARIO:** 1. ¿Qué voy a hacer con mi futuro? El miedo a la incertidumbre. El manejo de las expectativas. Aprender a caerse, aprender a levantarse. La toma de decisiones con respecto al futuro. Emigrar a otro país. 2. Organizar y gestionar las responsabilidades de estudio o de trabajo. Motivación y planificación. Gestión del tiempo y elecciones del día a día. El cambio a la vida adulta. De estudiar a trabajar 3. Los buenos hábitos y la dificultad de la constancia. Los hábitos adquiridos. Los malos hábitos y la dificultad. La presión sobre nuestra imagen corporal. La trampa del perfeccionismo. Sentirse bien con uno mismo. 4. Emociones: las lágrimas son tan importantes como las risas. Las emociones básicas. Casos prácticos. Las pasiones. 5. Las relaciones interpersonales. Cómo mantener las amistades. La asertividad. Decir no a pesar de la culpa. Las relaciones en el trabajo. Las relaciones familiares. 6. La vida en pareja. La búsqueda de pareja ¿necesito pareja? La dependencia emocional. Cómo cuidar y mantener la relación. Las decisiones críticas. Cómo superar una ruptura.

## Psicología del Trabajo y Recursos Humanos

### Autoliderazgo en la empresa y en la vida: conocerse de verdad para saber cómo superar los retos de un mundo incierto

**Jorge Cuervo**

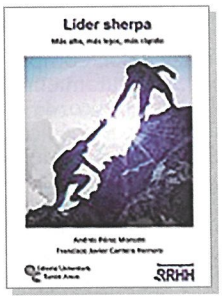
*Barcelona: Libros de Cabecera; 2020, 175 p. (SIGN.: 8163)*

**SUMARIO:** Parte I: Lo que hay que saber de cómo funcionas realmente... y modificar algunas ideas que pueden limitarte. Parte II: El mapa de los niveles de energía. Un modelo para entender el funcionamiento personal... y para cambiar lo que quieres cambiar. Parte III: Ejercicios prácticos para desarrollar el autoliderazgo. Anexos: Formas del ego de conseguir seguridad externa.

### Líder sherpa: más alto, más lejos, más rápido

**Andrés, Pérez Monzón y Francisco Javier Cantera Herrero**

*Madrid: Editorial Universitaria Ramón Areces; 2020, 239 p. (SIGN.: 8164)*




**SUMARIO:** 1. La nueva normalidad, nuestro gran everest particular. 2. El Everest, los sherpas y el líder visionario 3. La visión y el líder visionario 4. La liga de los líderes tóxicos y el ejército de los burócratas 5. La empresa como aventura 6. Las herramientas del sherpa 7. Las herramientas del líder visionario Epílogo. El final de un camino, el inicio de otros.

## Psicología y drogodependencias

### Informe sobre adicciones comportamentales: juego con dinero, uso de videojuegos y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y otras adicciones en España EDADES y ESTUDES

*Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, 2020; 70 p. (SIGN.: E-890)*

*Acceso electrónico: https://www.consaludmental.org/publicaciones/Informe-adicciones-comportamentales.pdf*

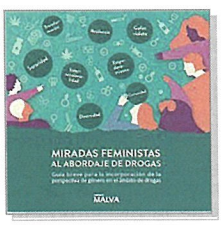
**SUMARIO:** Este informe monográfico tiene como objetivo reflejar la situación actual de las adicciones sin sustancia, tales como el juego con dinero, el uso desmesurado de internet y el posible trastorno por uso de videojuegos en España, para así prevenir el abuso de estos hábitos y sus posibles problemas asociados. Para ello utiliza la información de las encuestas ESTUDES y EDADES. Además de analizar los resultados de las prevalencias según actividades el informe incluye una serie de conclusiones a modo de síntesis.

### Miradas feministas al abordaje de las drogas: guía breve para la incorporación de la perspectiva de género en el ámbito de drogas

**Coordinación y redacción, Ana Burgos García**

*Fundación Salud y Comunidad; 2020, 70 p. (SIGN.: E-883)*

*Acceso electrónico: http://www.infocop.es/pdf/Libreto_DrogasGenero_Malva_2020_.pdf*




**SUMARIO:** La perspectiva de género es necesaria en el ámbito de drogas por el estigma, aún latente en nuestra sociedad, hacia las personas que presentan consumos problemáticos y, en el caso de las mujeres, en relación a una fuerte penalización por alejarse de lo que se espera socialmente de ellas, tal y como se señala en esta guía.