

Índice

© Regina Maria Azevedo

Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução total ou parcial sem a expressa autorização dos editores.

Fotocomposição e projeto gráfico: Outras Palavras
Capa: criação de Alexandre Rampazo sobre “*O Espelho de Vênus*”,
de Sir Edward Burne-Jones (1898 - Fundação Gulbenkian, Lisboa)

Série PRAZEREMCONHECER-SE

OP Livros

Outras Palavras Produções Editoriais e Comércio Ltda.

Rua Capitão Macedo, 92, cj. 51

☎/Fax: 11-5549-6873

CEP 04021-020 São Paulo SP

e-mail: oplivros@uol.com.br

AGRADECIMENTOS	7
MUITO PRAZER...	9
TRABALHANDO A ANSIEDADE - VIVENDO NO FUTURO	13
TRABALHANDO O PERDÃO - O DESAFIO DO PERDÃO	23
TRABALHANDO A INDECISÃO - VOCÊ DECIDE	33
TRABALHANDO A VINGANÇA - AMARGA VINGANÇA	43
TRABALHANDO O APEGO - RECICLANDO SENTIMENTOS	55
TRABALHANDO A CRÍTICA - A ARMADILHA DA CRÍTICA	65
TRABALHANDO A SOLIDÃO - APRENDENDO A SÓ SER	75
TRABALHANDO O ORGULHO - ORGULHOSAMENTE “EU”	87
TRABALHANDO A DEPRESSÃO - A TRISTEZA SEM FIM	97
TRABALHANDO A RAIVA - DESEJO DE ESGANAR I	107
TRABALHANDO A CULPA - AI, COMO DÓI!	117
TRABALHANDO A VAIDADE - O EGO SEM DONO	127
TRABALHANDO A DEPENDÊNCIA - CARENTE PROFISSIONAL	135
TRABALHANDO A TEIMOSIA - SÍNDROME DE JOÃO-TEIMOSO	145
TRABALHANDO A PREGUIÇA - AI, QUE PREGUIIIIIÇA!!	155
TRABALHANDO O EGOÍSMO - É MEU, É MEU, É MEU...	167
TRABALHANDO A REJEIÇÃO - VÍTIMA, NUNCA MAIS!	177
TRABALHANDO A TRAIÇÃO - TRAIR E COÇAR...	187
TRABALHANDO O MEDO - O INIMIGO INVISÍVEL	197
NOTAS	207
BIBLIOGRAFIA BÁSICA	211