

Primește iubirea pe care o dorești - Ghid pentru cupluri - a XX-a editie aniversara, revizuita si actualizata



Cauta iubirea care implineste este cel mai vandut ghid de transformare a unei relatii intime intr-o sursa neintrerupta de iubire si armonie. In aceasta carte - Harville Hendrix si Helen LaKelly Hunt prezinta abilitatile de relationare care au ajutat deja sute de mii de cupluri sa inlocuiasca eficient confruntarea si criticile cu un proces de vindecare ce are la baza dezvoltarea si sustinerea reciproce. Acest ghid extraordinar de practic descrie tehnica revolutionara a Terapiei Relationale Imago - ce combina mai multe discipline - printre care se numara stiintele comportamentale - psihologia abisala - terapia cognitiva si terapia Gestalt - pentru a crea un program ce urmareste rezolvarea conflictelor si innoirea comunicarii si pasiunii.

Rating: Nu a fost evaluat inca

Pret:

Pret catalog: 46,00 lei

Pret cu reducere: 43,81 lei

Pretul de vanzare: 46,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

Primește iubirea pe care o dorești este cel mai vandut ghid de transformare a unei relatii intime intr-o sursa neintrerupta de iubire si armonie. In aceasta carte, Harville Hendrix prezinta abilitatile de relationare care au ajutat deja sute de mii de cupluri sa inlocuiasca eficient confruntarea si criticile cu un proces de vindecare ce are la baza dezvoltarea si sustinerea reciproce. Acest ghid extraordinar de practic descrie tehnica revolutionara a *Terapiei Relationale Imago*, ce combina mai multe discipline - printre care se numara stiintele comportamentale, psihologia abisala, terapia cognitiva si terapia Gestalt - pentru a crea un program ce urmareste rezolvarea conflictelor si innoirea comunicarii si pasiunii.

Primește iubirea pe care o dorești descrie cele trei etape ale relatiilor intime, furnizeaza studii de caz ilustrative si ofera recomandari folositoare

pentru a depăși obstacolele care stau în calea celor trei etape, în vederea creării unei legături mult mai puternice în interiorul cuplului. În primul rând, ea expune stadiile majorității relațiilor - atracția, iubirea romantică și lupta pentru putere - și sugerează modalități prin care partenerii pot asocia conflictele din relația lor cu fiecare dintre aceste stadii. Apoi explorează metode pentru obținerea unei „Casnicii Conștiente”, în cadrul căreia sunt readuse în atenție fazele inițiale ale iubirii romantice și confruntarea este înlocuită treptat cu dezvoltarea și susținerea. În cele din urmă, autorii încorporează aceste idei într-un curs terapeutic unic, oferind o serie de exerciții utile care conduc la înțelegere, rezoluție și revitalizare. Aceștia descriu, pas cu pas, modul în care putem comunica mai clar și cu o sensibilitate sporită, felul în care ne putem debarasa de comportamente distructive și în care ne putem focaliza energia spre împlinirea nevoilor partenerului.

Primește iubirea pe care o dorești se adresează, asadar, cuplurilor aflate în orice etapă a relației, oferindu-le soluții unice pentru rezolvarea conflictelor și pentru obținerea unei satisfacții emoționale reciproce.

CUPRINS

In semn de recunoștință față de Jo Robinson	7
Mulumiri	9
Cuvânt înainte la cea de-a douăzecea ediție aniversară	14
Prefața la ediția din 2001	34
Introducere la ediția din 1988	45
Partea I: Parteneriatul inconștient	
Cap. 1. Misterul atracției	53
Cap. 2. Ranile copilăriei	68
Cap. 3. Imagoul vostru	92
Cap. 4. Iubirea romantică	106
Cap. 5. Lupta pentru putere	127
Partea a II-a: Parteneriatul conștient	
Cap. 6. Cum devii conștient	153
Cap. 7. Angajamentul	172
Cap. 8. Crearea unei zone de siguranță	192
Cap. 9. Cum să vă cunoașteți mai bine sinele și partenerul	211
Cap. 10. Definirea planului personal	248
Cap. 11. Crearea unui spațiu sacru	272
Cap. 12. Portretul a două relații	308
Partea a III-a: Exerciții	
Cap. 13. Zece pași pentru un parteneriat conștient	365
Exercițiul 1. Viziunea asupra propriei relații	371
Exercițiul 2. Ranile copilăriei	374
Exercițiul 3. Aprofundarea propriului Imago	373
Exercițiul 4. Frustrările copilăriei	376
Exercițiul 5. Dialogul părinte-copil	377
Exercițiul 6. Profilul partenerului	380
Exercițiul 7. Afaceri neîncheiate	381

Exercițiul 8. Dialogul Imago	382	
Exercițiul 9. Decizia de a va lua un angajament	386	
Exercițiul 10. Reromantizarea	388	
Exercițiul 11. Lista cu surprize	392	
Exercițiul 12. Lista activităților distractive	393	
Exercițiul 13. Expunerea la pozitiv	394	
Exercițiul 14. Dialogul Cererii de Schimbare a Comportamentului	395	
Exercițiul 15. Exercițiul îmbrățșării	400	
Exercițiul 16. Asumarea și eliminarea negativismului	402	
Exercițiul 17. Integrarea sinelui	404	
Exercițiul 18. Vizualizarea iubirii	407	
In căutarea ajutorului calificat	409	
Note	413	
Bibliografie	428	
Despre Terapia Relatională Imago	432	
Despre autori	435	

Reviews

Nu există comentarii pentru acest produs.