

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 depasi obstacolele care stau in calea celor trei etape, in vederea crearii unei legaturi mult mai puternice in interiorul cuplului. In primul rand, ea expune stadiile majoritatii relatiilor - atractia, iubirea romantica si lupta pentru putere - si sugereaza modalitati prin care partenerii pot asocia conflictele din relatia lor cu fiecare dintre aceste stadii. Apoi exploreaza metode pentru obtinerea unei „Casnicii Constiente”, in cadrul careia sunt readuse in atentie fazele initiale ale iubirii romantice si confruntarea este inlocuita treptat cu dezvoltarea si sustinerea. In cele din urma, autorii incorporeaza aceste idei intr-un curs terapeutic unic, oferind o serie de exercitii utile care conduc la intelegere, rezolutie si revitalizare. Acestia descriu, pas cu pas, modul in care putem comunica mai clar si cu o sensibilitate sporita, felul in care ne putem debarasa de comportamente distructive si in care ne putem focaliza energia spre implinirea nevoilor partenerului.

Primeste iubirea pe care o doresti se adreseaza, asadar, cuplurilor aflate in orice etapa a relatiei, oferindu-le solutii unice pentru rezolvarea conflictelor si pentru obtinerea unei satisfactii emotionale reciproce.

CUPRINS

In semn de recunostinta fata de Jo Robinson	7
Mulumiri	9
Cuvânt-inainte la cea de-a douazecea editie aniversara	14
Prefata la editia din 2001	34
Introducere la editia din 1988	45
Partea I: Parteneriatul inconstient	
Cap. 1. Misterul atractiei	53
Cap. 2. Ranile copilariei	68
Cap. 3. Imagoul vostru	92
Cap. 4. Iubirea romantica	106
Cap. 5. Lupta pentru putere	127
Partea a II-a: Parteneriatul constient	
Cap. 6. Cum devii constient	153
Cap. 7. Angajamentul	172
Cap. 8. Crearea unei zone de siguranta	192
Cap. 9. Cum sa va cunoasteti mai bine sinele si partenerul	211
Cap. 10. Definirea planului personal	248
Cap. 11. Crearea unui spatiu sacru	272
Cap. 12. Portretul a doua relatii	308
Partea a III-a: Exercitii	
Cap. 13. Zece pasi pentru un parteneriat constient	365
Exercitiul 1. Viziunea asupra propriei relatii	371
Exercitiul 2. Ranile copilariei	374
Exercitiul 3. Aprofundarea propriului Imago	373
Exercitiul 4. Frustrarile copilariei	376
Exercitiul 5. Dialogul parinte-copil	377
Exercitiul 6. Profilul partenerului	380
Exercitiul 7. Afaceri neincheiate	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 îmbrățisării	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.