

Tags: Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza libro pdf download, Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza scaricare gratis, Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza epub italiano, Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza torrent, Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza leggere online gratis PDF

Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza PDF

Attilio Piazza



Questo è solo un estratto dal libro di Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Attilio Piazza
ISBN-10: 9788850240982
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3505 KB

DESCRIZIONE

Il rapporto tra due persone è un'esperienza intensa, dinamica e mutevole nel tempo. Se inizialmente una relazione genera meccanismi di attaccamento, vicinanza e intimità, col tempo può trasformarsi in terreno fertile per conflitti e sofferenze. Il nuovo libro di Attilio Piazza e Monica Colosimo mostra come un atteggiamento di presenza mentale e di coscienza piena, la Mindfulness, possa giovare ai rapporti interpersonali, rendendoli maturi, consapevoli e creativi. Alla luce dei loro studi e della loro esperienza di counseling, gli autori non solo insegnano a sviluppare questa condizione mentale e a coltivarla giorno dopo giorno, ma svelano anche come evitare errori e insidie che minacciano la salute della relazione (aspettative, automatismi, forme di dipendenza emotiva, giudizi e pregiudizi), come affrontare le diverse fasi della vita a due (da fidanzati, a coniugi, a genitori) e come superare con serenità momenti difficili e dolorosi (malattie, separazioni, lutti). Grazie a una rinnovata conoscenza di sé, sarà possibile aprire la mente e il cuore all'altro e vivere ogni tipo di relazione con autenticità, fiducia e consapevolezza.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Un libro per imparare a vivere con il partner ogni giorno come fosse il primo.\r\nCon gioia, stupore e curiosità.\r\n\r\nAttilio Piazza e Monica Colosimo\r ...

Mindfulness per le relazioni affettive. L'arte di amare con consapevolezza di Attilio Piazza, Monica Colosimo Casa editrice: TEA Approfitta di questo volume sul tuo ...

**MINDFULNESS PER LE RELAZIONI AFFETTIVE. L'ARTE DI AMARE CON
CONSAPEVOLEZZA**

[Leggi di più ...](#)