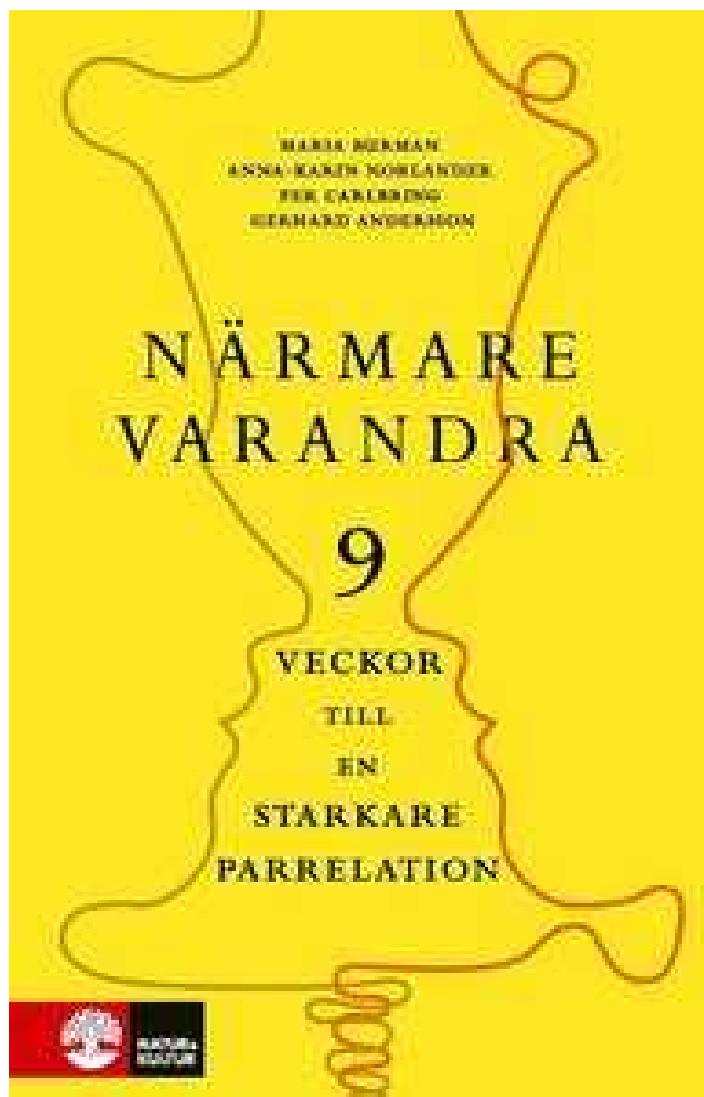


## Närmare varandra PDF E-BOK

Rozental Alexander,Oscarsson Martin,Carlbring Per



Författare: Rozental Alexander,Oscarsson Martin,Carlbring Per

ISBN-10: 9789127823693

Språk: Svenska

Filstorlek: 2147 KB

## BESKRIVNING

Relationsproblem är vanliga och påverkar oss på många plan. Denna självhjälpbok får par att se hur problemen inte ligger hos den ena eller andra partnern utan uppstår i samspelet mellan dem. Paren guidas till att hitta mönster och ömma punkter i sitt samspel och får hjälp att bygga vidare på styrkor de har som par. Närmare varandra bygger på en svensk KBT-manual som är vetenskapligt prövad. Majoriteten av de par som gick igenom bokens övningar blev mer nöjda med sin relation och lyckades bryta prestigekamper och andra låsningar som förgiftar relationer. Här får paren lära sig hur de kan förbättra sitt samspel, hantera konflikter på ett konstruktivt sätt, öka acceptansen för olikheter och skapa mer närhet i sin relation. Boken kan även användas av parterapeuter som stöd i behandling.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Separerade föräldrar bor närmare varandra - scb.se**

Pris: 269 kr. inbunden, 2018. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Närmare varandra : nio veckor till en starkare parrelation av Maria Burman, Anna-Karin ...

### **Närmare varandra - Natur & Kultur**

Mindre kallprat, fler uppriktiga samtal. Initiativ som för vänner, familj och kärleksrelationer närmare varandra. (Själv-)reflektion genom öppna frågor. Skapa ...

### **Hemma igen - Avsnitt 4: Följ ditt eget hjärta | SVT Play**

2018, Inbunden. Köp boken Närmare varandra : nio veckor till en starkare parrelation hos oss!

**LÄS MER**