

LĘK PRZED BLISKOŚCIĄ. Jak pokonać dystans w związku



Cena: 16,95 PLN

Opis słownikowy

Autor	Woititz Janet G.
ISBN	83-87957-34-8
Wydawca	Nakłady wyczerpane GWP

Tabela cech produktu

Wydanie	I
Okładka	broszurowa
Liczba stron	112
Format	B5
Przekład	Ewa Zaremba

Opis produktu

seria PARY I ZWIĄZKI

Lęk przed bliskością może odczuwać każdy z nas, jest on jednak szczególnie silny w wypadku osób, które dorastały w domach dysfunkcyjnych, gdzie np. nadużywano alkoholu. Intymność, bliskość, wrażliwość to cechy przeciwne do tych, które od najmłodszych lat dzieci alkoholików rozwijały w sobie, by przetrwać. Aby pokonać lęk przed bliskością, muszą one na nowo uczyć się nawiązywania relacji z drugim człowiekiem. Jest to trudne zadanie, ale możliwe do wykonania. Woititz podkreśla, że praca nad uzdrawianiem związku to ciężka walka z własnymi lękami, której często towarzyszy zniechęcenie, wynikające z popełniania błędów. Autorka przekonuje jednak, że wysiłek wart jest tego, by go podjąć.

Po przeczytaniu tej książki nauczysz się lepiej współżyć z innymi. Zyskasz nowe możliwości wyborów, których będziesz mógł dokonywać w pełni świadomie i odpowiedzialnie. Wyzwania czekają, a wybór należy do ciebie!

"Mądry rodzic przed szkodą - Twoje dziecko a narkotyki" Profesjonalne wsparcie w Internecie dla rodziców nastolatków. Zajrzyj na stronę <http://psychotekst.com/strona.php?nr=149>

Przedmowa. Podziękowania.

Wstęp

1. Kogo wybierasz na partnera?
2. Czym właściwie jest zdrowy związek?

3. Problemy w związkach wspólne dla dorosłych dzieci alkoholików
 4. Zagadnienia seksualne
 5. Jeśli kochasz dziecko alkoholika
- Podsumowanie. Literatura polecana.