Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 10:47

Link do produktu: https://www.xn--mocwsaboci-e0b71a.pl/integracja-emocjonalna-jak-uwierzyc-ze-jestes-kochany-i-potrafisz-kochac-conrad-w-baars-anna-a-terruwe-p-484.html



Integracja emocjonalna. Jak uwierzyć, że jesteś kochany i potrafisz kochać - Conrad W. Baars, Anna A. Terruwe

Cena	**39,90 zł**

Opis produktu

Psychiatrzy – Anna A. Terruwe, Conrad W. Baars odkryli, zbadali i opisali w swojej książce *Integracja emocjonalna*. *Jak uwierzyć, że jesteś kochany i potrafisz kochać* (Wydawnictwo W drodze, wyd. III, listopad 2019 roku) skutki i sposoby leczenia jednostki chorobowej nazwanej **zespołem niezaspokojenia emocjonalnego.**

Na bazie studium przypadków autorzy krok po kroku wprowadzają czytelnika w problematykę osób, których potrzeby emocjonalne były niezaspokajane lub na pewnym etapie zahamowane. Mówią o wpływie niezaspokojenia emocjonalnego na codzienne życie, podając przy tym cenne wskazówki wychodzenia z choroby.

> Nieakceptowane osoby, które wątpią o swojej wartości i nie wiedzą, kim i czym są, próbują ukryć to przed otoczeniem, wkładając maski i odgrywając role. Wiele z nich staje się ekspertami w udawaniu kogoś, kim nie są. Im więcej energii temu poświęcają, tym bardziej są zmęczone, a także obce sobie samym. Takie osoby – jedynie jeśli zostaną pokochane bezinteresowną miłością – będą w stanie stopniowo zdejmować swe maski i mniej sztywno trzymać się swych ról, bo tylko wówczas uświadomią sobie, że mogą być tym, kim są naprawdę. Dzięki temu znajdą nową siłę i energię, łatwiej będzie im się odnaleźć w sferze psychicznej, którą dzielą z drugim człowiekiem, a co za tym idzie – odzyskają radość życia.

fragment książki

W skrócie:

- o roli emocji w życiu człowieka z perspektywy akceptacji siebie i afirmacji jako sposobu radzenia sobie z niskim poczuciem wartości, lękiem i niepewnością, które ono generuje,
- książka, która pomogła już wielu ludziom uświadomić sobie własną chorobę, dała poczucie zrozumienia i nadzieję, co przełożyło się na wzrost ich dobrostanu psychicznego,
- dla każdego psychoterapeuty, psychiatry oraz ludzi zmagających się z problemem niezaspokojenia emocjonalnego, którzy pragną odnaleźć siebie i cieszyć się życiem,
- odpowiedzi na szereg kluczowych pytań, m.in.
    - Dlaczego tak wiele osób nie reaguje na psychoterapię?
    - Czym jest lęk?
    - Jak wygląda terapia w zespole niezaspokojenia emocjonalnego?
    - Jak ważna jest rola akceptacji w procesie leczenia i codziennym życiu?
    - Jak uchronić swoje dzieci przed zespołem niezaspokojenia emocjonalnego?