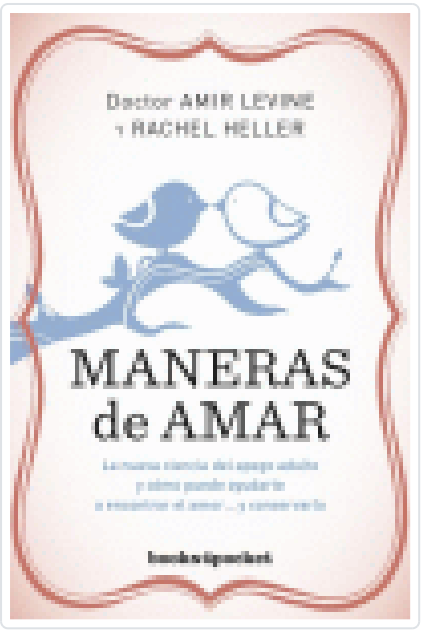
MANERAS DE AMAR



LEVINE, AMIR / HELLER, RACHEL

SINOPSIS

La nueva ciencia del apego adulto y cómo puede ayudarte a encontrar el amor y conservarloCodependientes, fusionados simbióticos... Hasta hace poco, los terapeutas consideraban la tendencia a aferrarse a una relación insatisfactoria como un trastorno de la personalidad.En este título rompedor, el neurólogo y psiquiatra Amir Levin junto con la psicóloga social Rachel Heller desmontan el mito de las "mujeres que aman demasiado" y demuestran, con datos contrastados y reveladores ejemplos, que, lejos de ser una disfuncionalidad, la necesidad de sentirnos seguros junto a otra persona está grabada en nuestros genes. Estamos biológicamente programados para depender de otras personas igual que un niño depende de su madre. Basándose en las teorías del psicólogo John Bowlby, que fue el primero en definir la necesidad de apego para un correcto desarrollo en la infancia, definen tres clases de apego: seguro, ansioso y evitador. Averiguar qué tipo de apego domina nuestras relaciones y transformarlo en uno seguro y estable nos permitirá entablar vínculos sanos y satisfactorios. ...

Editorial	BOOKS 4 POCKET
Materia	PAREJA - SEXUALIDAD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788415870869
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	125xx mm.
Peso	226
Precio (Imp. inc.)	9,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	11/03/2016

Títulos relacionados

DIETA SEGUN TU GRUPO SANGUNIEO
HESSMANN-KOSARIS, ANITA

CASA ENCANTADA,LA

ARTE DE LA GUERRA PARA EJECUTIVOS Y DIRECTIVOS
TZU, SUN / LAWSON, JACK

HIJA DE LA IGLESIA