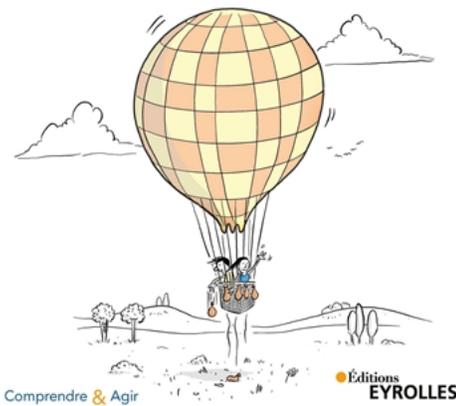


Gwénaëlle Persiaux
Psychologue

Guérir des blessures d'attachement

Apprendre à construire des liens apaisés



Date : 11/02/2021

Pages : 183

Format cm : 16 x 21

Prix : 18.0

EAN : 9782416000812

Guérir des blessures d'attachement

Apprendre à construire des liens apaisés

Auteur: Gwénaëlle Persiaux

Éditeur : Eyrolles

Domaine : Livre pratique

Genres : Santé/bien-être/développement personnel

Mots-Clés : Attachement - Souffrance - Blessure -
Introspection - Acceptation

Il n'est jamais trop tard pour construire des liens apaisés.

Les blessures relationnelles, pour la plupart vécues pendant l'enfance, nous affectent encore à l'âge adulte puisque nous les répétons bien malgré nous pendant notre vie. Selon la qualité des relations vécues avec nos parents, nous avons développé une certaine façon d'être au monde, d'être avec les autres et d'être avec soi-même, émotionnellement. Ces façons de fonctionner sont appelées "styles d'attachement". Cet ouvrage propose d'identifier notre type d'attachement (sécure, anxieux, évitant ou désorganisé) et celui des personnes de notre entourage pour tendre à une meilleure acceptation de soi, à davantage de sécurité intérieure et à d'autres possibles affectifs.

Ventes en France: 13 000 exemplaires

Droits vendus: Roumanie