
Il Benessere Della Solitudine Mille Ragioni Per S

Amore. Come stare insieme tutta la vita

La dipendenza affettiva. Come riconoscerla e liberarsene

Riscoprire la tenerezza. Con se stessi e con gli altri

Una vita a tutto tondo. Come costruire il proprio percorso

Terapia dell'amore coniugale. Come affrontare i problemi del vivere insieme

Per essere felici. Psicoterapia per tutti

La sofferenza come ben-essere

Mal d'amore

Il bello dell'età di mezzo

Non più giovani. Ma con un bagaglio di esperienza, saggezza e humour

Diventa ciò che sei. Un cammino di psicospiritualità cristiana

Donne che si amano poco

L'arte di perdonare. Guida pratica per imparare a perdonare e guarire

L'ansia e la depressione. Nuove indicazioni per superarle

Essere un po' depressi fa bene

Aiutare senza bruciarsi. Come superare il burnout nelle professioni di aiuto

Come affrontare il dolore. Capire, accettare, interpretare la sofferenza

Ricominciare a vivere. Come trasformare i momenti «No» in occasioni di crescita

Ridere con il cuore. Un metodo semplice per vivere più sereni

Per essere liberi. Logoterapia quotidiana

Compagni di viaggio. Il malato e chi lo cura

Come aumentare la stima di sé. Imparare a rispettarci per vivere felici

Essere amici o avere amici? Un modo per conoscere se stessi e gli altri

Il valore della solitudine

Il benessere della solitudine. Mille ragioni per stare bene con se stessi

Imparare a vivere. Intervista con l'autore

Il cammino del Silenzio
Smettila di tenere il broncio. Come superare il rifiuto di comunicare
Le ragioni del cuore. L'intelligenza emotiva e le sue potenzialità
I lati nascosti della personalità. Come riconoscerli e accettarli
Come vincere la violenza
La terapia dei valori. Come raggiungere un benessere psicofisico
Come attraversare la sofferenza. E uscirne più forti
Stare bene insieme. Come gestire le dinamiche di coppia
L' arte di non lasciarsi manipolare. Guida pratica
Lavorare con il cuore e vivere bene in azienda
Il viaggio della vita
Che cosa voglio dalla vita. Conoscere se stessi per realizzare la propria personalità
Guarire con la meditazione cristiana. Un modo nuovo di pregare

*Il Benessere Della
Solitudine Mille Ragioni
Per S*

Downloaded from
intra.itu.edu by guest

LILLIANNA AVILA

Amore. Come stare insieme tutta la vita Il benessere della solitudine. Mille ragioni per stare bene con se stessi
Il libro è diviso in tre parti. L'arte del Silenzio descrive dodici tipi di silenzio, con l'aiuto del Beato Angelico. La danza del Silenzio mette in movimento l'uomo per incontrare il silenzio. La musica del Silenzio traccia gli strumenti spirituali per vivere il cammino del silenzio.

La dipendenza affettiva. Come riconoscerla e liberarsene Effatà
La domanda "come eliminare la violenza?" dovrebbe essere sostituita da "con che cosa sostituire la violenza?". Questo è quello che propone l'autore per diminuire la violenza.
Riscoprire la tenerezza. Con se stessi e con gli altri Paoline
La solitudine ha tanti volti e significati differenti. Manuel Cifone, in modo approfondito e con una ricercata documentazione, analizza le sue molteplici sfaccettature, a partire dal concetto di solitudine all'interno di una prospettiva

sociologica e filosofica, tramite anche i pensieri di alcuni noti filosofi come Kant, Epicuro, Rousseau, Schopenhauer e Kierkegaard, per passare attraverso le dimensioni positive o negative di questo sentimento che da sempre ha accompagnato l'uomo nella sua vita, fino alla cosiddetta "solitudine indotta" da emarginazione, falsità, bullismo, per soffermarsi infine anche sull'energia positiva, rigenerativa o creativa della solitudine, che diventa necessaria per esempio ai fini dell'ascesi spirituale. Il viaggio che compiremo leggendo queste pagine sarà utile per capire come l'uomo

sia spesso proteso nel ricercare al di fuori di sé i significati delle cose, non rendendosi conto che l'oggetto da ricercare è in realtà contenuto nella fonte originaria interiore. Talvolta è proprio tramite la solitudine che si riesce a entrare in intimità con noi stessi e comunicare così con il mondo che ci circonda.

Una vita a tutto tondo. Come costruire il proprio percorso Paoline

"Andare in tilt", "essere fusi", "essere scoppiati": tutte espressioni che nel linguaggio quotidiano si riferiscono a quel logorio psicofisico, chiamato burn-out, che a lungo andare può bruciare le energie soprattutto di chi svolge una "professione di aiuto". Medici, infermieri, psicologi, volontari, assistenti sociali e assistenti spirituali sono le figure più a rischio di burnout, poiché sono giornalmente a contatto con persone bisognose di aiuto. In questi casi, il coinvolgimento emotivo è forte, e può accadere di non avere più il distacco necessario a svolgere efficacemente la propria professione. L'esperienza del burnout è un momento di crisi e, quindi, di discernimento. Spesso è sufficiente chiarire compiti e ruoli, modificare l'ambiente di lavoro o il proprio

modo di lavorare per riconquistare lo slancio ideale di un tempo.

Terapia dell'amore coniugale. Come affrontare i problemi del vivere insieme Paoline

Perché ancora così tante donne, pur avendo capacità e competenze, sono del tutto prive di autostima? Come si forma l'immagine negativa che hanno di sé stesse? Perché diventano spesso dipendenti affettive e sono più predisposte di altre a farsi del male cadendo nella trappola delle relazioni tossiche? Dall'autrice riconosciuta tra i massimi esperti in Italia di manipolazione relazionale e violenza psicologica, la guida per non cadere o ricadere nelle mani dei vampiri energetici, imparando a scegliere da sole, senza la paura dell'abbandono e della solitudine. Un libro per imparare a difendersi dalla dipendenza affettiva e dalla violenza psicologica che ne potrebbe derivare e che fornisce strumenti per imparare ad amarsi di più, lavorando sulla propria autostima. Con l'introduzione di Francesca Saccà, psicologa clinica e psicoterapeuta.

Per essere felici. Psicoterapia per tutti Paoline

Il benessere della solitudine. Mille ragioni per stare bene con se stessi Paoline
Il valore della solitudine Gruppo Albatros Il Filo

La sofferenza come ben-essere Paoline
Paoline

Mal d'amore Gruppo Albatros Il Filo
Il bello dell'età di mezzo Paoline
Non più giovani. Ma con un bagaglio di esperienza, saggezza e humour Paoline

Diventa ciò che sei. Un cammino di psicospiritualità cristiana Paoline

Donne che si amano poco Paoline

L'arte di perdonare. Guida pratica per imparare a perdonare e guarire Paoline

L'ansia e la depressione. Nuove indicazioni per superarle Paoline

Essere un po' depressi fa bene Paoline

Aiutare senza bruciarsi. Come superare il burnout nelle professioni di aiuto Paoline

Come affrontare il dolore. Capire, accettare, interpretare la sofferenza Paoline

Ricominciare a vivere. Come trasformare i momenti «No» in occasioni di crescita Paoline

Ridere con il cuore. Un metodo semplice

per vivere più sereni

Paoline

Best Sellers - Books :

- [The Five-star Weekend](#)
- [A Court Of Wings And Ruin \(a Court Of Thorns And Roses, 3\)](#)
- [The Seven Husbands Of Evelyn Hugo: A Novel](#)
- [How To Win Friends & Influence People \(dale Carnegie Books\)](#)
- [Brown Bear, Brown Bear, What Do You See? By Bill Martin Jr.](#)
- [House Of Flame And Shadow \(crescent City, 3\)](#)
- [The Legend Of Zelda: Tears Of The Kingdom - The Complete Official Guide: Collector's Edition By Piggyback](#)
- [Demon Copperhead: A Pulitzer Prize Winner](#)
- [It's Not Summer Without You](#)
- [Twisted Lies \(twisted, 4\) By Ana Huang](#)