

Patrizia Adamoli, Alberto Ugo Caddeo

MAL D'AMORE O AMOR SANO?

***Come dire addio alla sofferenza
e imparare ad amare***



pp. 112

Collana:
LE COMETE

Si può farla finita... con il "mal d'amore"?

Ecco un libro-guida per chi vuole costruire un nuovo equilibrio di coppia e vivere un "amore sano". Un libro ricco di spunti e di indicazioni pratiche per riconoscere e accogliere i segnali di crisi, elaborare e superare i momenti difficili, scoprire in se stessi desideri e aspirazioni; perché solo così sarà possibile progettare e costruire una relazione davvero creativa, capace di farci crescere nel rapporto, imparando l'amore.

Scritto da un'esperta di comunicazione con il contributo clinico di uno psicoterapeuta – entrambi di formazione psicosomatica – il testo propone anche una lettura in chiave simbolica dei comportamenti e delle emozioni maschili e femminili nella relazione di coppia e un'analisi delle principali patologie psicosomatiche legate alla sfera dei sentimenti d'amore.

Gli autori

Patrizia Adamoli, personal-life-coach, esperta in comunicazione, specializzata in naturopatia, applicatrice del metodo R. Feuerstein. Ha due figli, vive e lavora a Milano. Docente presso la Facoltà di Scienze della Comunicazione dell'Università di Macerata, dove insegna Tecnologie comunicative – Media education e Teoria e tecnica dei linguaggi radio-televisivi.

Alberto Ugo Caddeo, medico chirurgo, psicoterapeuta agopuntore e omeopata, vive e lavora a Milano e ha un figlio. Presidente dell'Istituto Superiore di Counseling Alkemia, collabora con il Centro di Ricerche in biotecnologie e medicine naturali dell'Università degli Studi di Milano.

Libri Novità

Patrizia Adamoli, Alberto Ugo Caddeo

MAL D'AMORE O AMOR SANO?

Come dire addio alla sofferenza e imparare ad amare

pp. 112, € 13,50

Collana: Le Comete

Indice:

Introduzione. "Addio!"... E poi?

Perché ci si innamora

(Così tutto ha inizio; La paura; Bisogni, aspettative, proiezioni)

Psicodinamica di coppia e della relazione

(La vittima; Il carnefice; Il critico interiore; L'attivista e il contemplativo; L'egoista e l'altruista)

Emozione ed emotività

(Come amano gli uomini; Come amano le donne; Come lasciano gli uomini; Come lasciano le donne)

Il mal d'amore: la sconfitta, l'egoriflessione, la depressione

(Le fasi dell'elaborazione del lutto; Le strategie per il superamento del lutto; Lasciar andare... vuol dire amare)

Il nuovo progetto: l'amore sano

(La gestione dei sentimenti, dell'emotività e degli addii; Strategie e consigli pratici per un rapporto equilibrato con se stessi e nelle relazioni con l'altro)

Gli "strumenti per la sacca", da portare sempre nella mente e nel cuore

(Per comunicare; Per una buona comunicazione; Per una buona relazione; Nella crisi; Nell'abbandono; Per concludere)

Approfondimenti

Psicosomatica: ma che cos'è?

(L'amore e la risonanza sul corpo: l'aspetto psicosomatico dell'abbandono; Le malattie del cuore; Il diabete; La cute; L'apparato genitale)

Abbandono e tradimento attraverso la lettura dei miti

(L'abbandono del mito; Il tradimento del mito; Il mito dell'esilio come causa dell'amore; Il caso clinico di Fiorella)

Piccola bibliografia