

Comment rater son couple à coup sûr

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : Comment rater son couple à coup sûr [Texte imprimé]

Auteur(s) : Piquet, Emmanuelle (1969-....)

Publication : Paris : les Arènes, DL 2024

Fabrication / Impression : Paris : les Arènes

Description matérielle : 1 vol. (193 p.) ; 22 cm

ISBN : 979-10-375-1225-3

EAN : 9791037512253

Autres classifications : 150

Classification décimale Dewey : 158.2 23

Résumé ou extrait : Comment peut-on être sûr de rater son couple ? En laissant les mêmes schémas se répéter indéfiniment, en refusant de remettre en question nos comportements et nos modes de pensée. Mais aussi en voulant changer l'autre. Ce qui est peut-être le principal problème du couple. Dans tous les couples surgissent un jour ou l'autre des difficultés : " Mon conjoint contrôle tout ce que je fais ", " Je m'ennuie ", " Mon épouse me rabaisse en permanence ", " Mon mari ne prend jamais ma défense ", " Je suis possessif ", " C'est moi qui prends tout en charge ", etc. La plupart du temps, en voulant résoudre les problèmes, on les aggrave. Face à toutes sortes de situations typiques, Emmanuelle Piquet nous aide à repérer les routes invisibles qui nous entraînent vers l'échec. Au lieu d'attribuer les difficultés aux défaillances de l'un ou l'autre, cette thérapeute préconise une approche systémique et concrète : si la solution mise en place échoue invariablement, alors il faut peut-être faire le contraire. Ainsi, ce livre nous montre comment on peut inverser le rapport de force dans la quête d'amour, abandonner la lutte constante dans la prise en charge, l'évitement ou le contrôle, faire un virage à 180° pour réinventer notre relation. À vous de trouver votre mode d'emploi pour être sûr de ne pas rater votre couple.

Sujet - Nom commun : Psychologie du couple