

IMPARARE DAI CONFLITTI

Prezzo: **Regular Price** 19,00 € **Special Price** 18,05 €



Codice	9788835135043
Tipologia	Libri
Data pubblicazione	16 mar 2022
Reparto	LIBRI
Autore	Dall'Olio Massimo
Editore	Franco Angeli

Descrizione

Questo libro è pensato per aiutare le persone che si sentono insoddisfatte della propria gestione della conflittualità. Persone che sono in cerca di un modo alternativo di vivere le relazioni difficili e che consenta di evitare quelle dinamiche che alimentano antagonismo e frustrazione.

I conflitti offrono importanti lezioni di crescita personale se siamo disponibili a vederli in modo diverso e a mettere in discussione alcune certezze. Perché si può imparare tutto, tranne quello che si pensa di sapere già.

Viviamo le relazioni conflittuali come ostacoli che si frappongono tra noi e la tranquillità che potremmo avere. Sentiamo che se solo queste tensioni non ci fossero allora staremmo bene.

Ma è questo il modo corretto di approcciarsi ai conflitti? È possibile vederli diversamente?

Partendo da una ristrutturazione cognitiva del nostro modo di percepire la conflittualità, il testo offre gli strumenti per migliorare la consapevolezza di se stessi attraverso le relazioni. In particolare, mostra l'importanza di riconoscere e gestire i meccanismi dell'ego che sono alla base di gran parte delle distorsioni e delle disfunzionalità nelle dinamiche conflittuali.

Il conflitto rappresenta una lezione e, se lo stiamo vivendo, significa che abbiamo l'occasione di imparare quella lezione.

Questo libro vuole essere una guida per trasformare la conflittualità in crescita personale.

Rimaniamo a disposizione per qualsiasi ulteriore chiarimento allo 0461.232337 o 0461.980546

oppure via mail a : servizioclienti@libriprofessionali.it

www.LibriProfessionali.it è un sito di Scala snc Via Solteri, 74 38121 Trento (Tn) P.Iva 01534230220

