

Keywords: Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato libro pdf download, Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato scaricare gratis, Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato epub italiano, Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato torrent, Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato leggere online gratis PDF

Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato PDF

Andrea Penna



Questo è solo un estratto dal libro di Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Andrea Penna
ISBN-10: 9788898829804
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4819 KB

DESCRIZIONE

Cosa si intende per scrivi rileggi e brucia: Scrivi Rileggi e Brucia è un'antica tecnica di comunicazione che si sviluppa in tre movimenti e può essere adottata in qualsiasi campo della tua vita di relazione, per imparare a dire a te stesso e agli altri chi sei. Il primo movimento è lo scrivere: scrivi una lettera simbolica, che non verrà mai spedita. Immagina la persona alla quale la vuoi indirizzare e scrivi tutto ciò che emotivamente provi. L'efficacia della lettera sarà proporzionale a quanto scriverai di getto. Il secondo movimento è il rileggere: prendi Coscienza della tua immagine. è importante che nella lettera si parli soprattutto di Te, non tanto del tuo bersaglio. Il terzo movimento è il bruciare: lascia andare qualcosa che è dentro di Te, simbolicamente, amorevolmente e coraggiosamente. Bruciando la lettera trasformi un trauma in esperienza e liberi il tuo bersaglio da ogni giudizio, rendendo il tutto più impalpabile e leggero. La rabbia nasconde e contiene sempre una richiesta, da parte di chi la manifesta, di affettività, di amore, di attenzione, di essere visto, compreso e accolto.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato è un libro ...

Scrivi, rileggi e brucia. La comunicazione non verbale fra genitori e figli per andare oltre con dolcezza e amore a ciò che è avvenuto nel passato di Andrea Penna ...

... "Scrivi rileggi e brucia: la comunicazione non verbale tra genitori e figli per andare oltre, con dolcezza e amore, a ciò che è avvenuto nel passato", ...

SCRIVI, RILEGGI E BRUCIA. LA COMUNICAZIONE NON VERBALE FRA GENITORI E FIGLI PER ANDARE OLTRE CON DOLCEZZA E AMORE A CIÒ CHE È AVVENUTO NEL PASSATO

[Leggi di più ...](#)