

Životní styl

DOPORUČUJEME



Mattias Stølen Due

Pečujte o svůj vztah

... dokud se ještě máte rádi

PŘEKLAD MARKÉTA KLIKOVÁ

Velmi jemná, citlivá a čtivá příručka doplněná motivačními otázkami vychází z předpokladu, že lidé nejsou jen hříčkami vnějších okolností a instinktů.

Chtějí-li si udržet dlouhodobý vztah, je třeba k němu přistupovat zodpovědně, vyvolávat změny a dosažené cíle normalizovat a zvnitřnit.



NOVINKA / E-KNIHA

978-80-262-1369-7 | brož. | 192 s. | 339 Kč



MATTIAS
STØLEN DUE

je psycholog a ředitel dánského Centra pro rozvoj rodiny. Zaměřuje se na práci s posilováním pohody a štěstí v rodině. Pořádá kurzy pro páry, věnuje se párové terapii a školí odborníky.

» Autor poskytuje cenné rady, jak rozpadu vztahů předcházet, nikoli řešit teprve jeho následky: Zjistěte, co můžete udělat sami. Buďte vnímavým přítelem. Zaměřte se na to dobré. Mluvte o problémech. Chápejte svého partnera. Vyprávějte o sobě. Dotýkejte se navzájem. Berte v úvahu vnější vlivy.

Mohlo by vás zajímat:



brož. | 168 s. | 329 Kč



brož. | 248 s. | 335 Kč



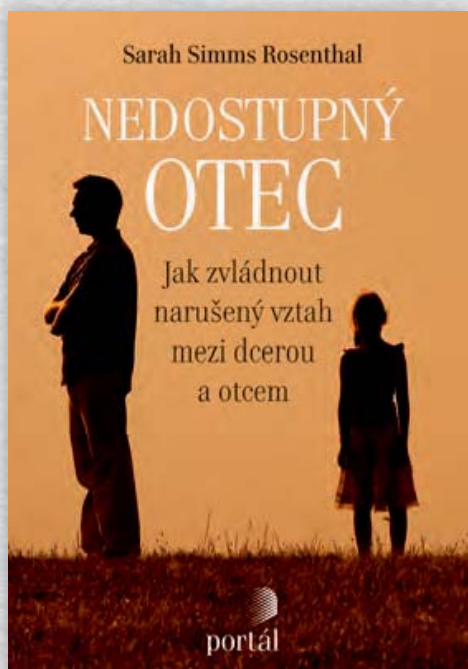
brož. | 200 s. | 289 Kč



brož. | 192 s. | 265 Kč

E-KNIHA

NOVINKA



Sarah Simms Rosenthal

Nedostupný otec

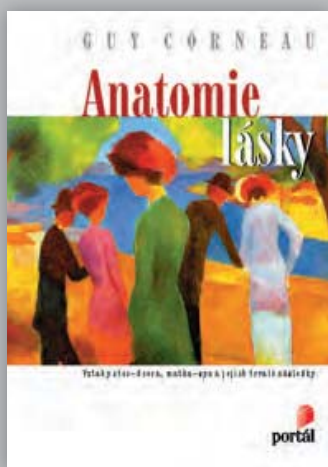
Jak zvládnout narušený vztah mezi dcerou a otcem

PŘEKLAD VIOLA SOMOGYI

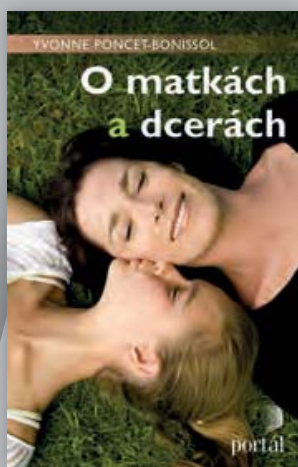
Kniha líčí příběhy žen, kterým se podařilo tyto problémy překonat a vést uspokojivý pracovní a osobní život navzdory nedostatku pozornosti, uznání a lásky ze strany otce. Autorka nabízí základní strategie k překonání pocitu prázdnoty pramenícího ze vztahu s násilnickým, nepřítomným, alkoholickým, duševně nemocným, sobeckým či nemilujícím otcem.

978-80-262-1373-4 | brož. | 168 s. | 399 Kč

Vztahy s rodiči:



brož. | 248 s. | 359 Kč



brož. | 120 s. | 225 Kč



brož. | 216 s. | 339 Kč



brož. | 120 s., 199 Kč



SARAH SIMMS ROSENTHAL, Ph.D.,

je klinická sociální pracovnice a terapeutka se soukromou praxí v New Yorku.

» » „Otec poskytuje své dceři vzor, jak by měli muži jednat, a zejména jak by měli zacházet se ženami. Proto má otec rozhodující roli při formování rozhodnutí ve chvíli, kdy si žena v dospělosti vybírá partnera.“

Anke Precht

Na vnitřní vlně

Jak neztratit mentální energii

PŘEKLAD KATEŘINA PREŠLOVÁ

Tohle je kniha, která vám ušetří finance za pobyt v lázních nebo drahé koučování! Nemáte energii a odpočinek nepomáhá? Mentální energie podle autorky funguje jinak než fyzická – čím víc toho děláme, tím víc energie máme. Nabíjející činnosti ovšem souvisejí s něčím, co děláte rádi.

978-80-262-1389-5 | brož. | 184 s. | 289 Kč



NOVINKA



ANKE PRECHT

je psycholožka, hypnoterapeutka, lektorka v oblasti energetické psychoterapie a koučka řady profesionálních sportovců. Má svou vlastní praxi. Žije v německém Offenburgu.

»» Ten, kdo umí čerpat mentální energii, se během několika minut dokáže dostat ze stresového stavu ke své vnitřní síle, protože rozvíjí rovnováhu mezi svou duší a tělem a také mezi druhými a sebou samým. Takový člověk v sobě rovněž rozvíjí dosud netušený potenciál. Kniha je doplněna příklady a podněty pro vlastní zamyšlení.

K tématu:



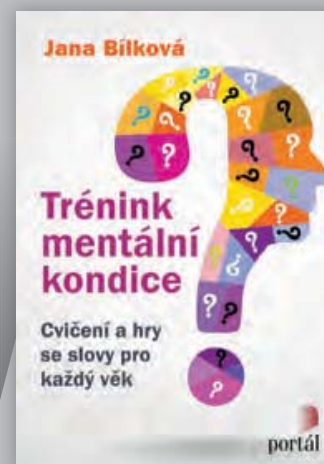
brož. | 184 s. | 299 Kč



brož. | 240 s. | 299 Kč



brož. | 168 s. | 249 Kč



brož. | 136 s. | 205 Kč