



Livre

Auteur(s) : Persiaux, Gwénaëlle (Auteur)

Titre(s) : Guérir des blessures d'attachement / Gwénaëlle Persiaux ; préface du Dr Marc Pistorio.

Collection(s) : (Comprendre et agir).

Résumé : Pour devenir un adulte confiant en lui, en l'autre et dans le monde, l'enfant a besoin, dès les premiers mois de sa vie, de développer des liens d'attachement stables avec ses parents. Quand ce processus d'attachement a fait défaut - négligence, rejet, séparation -, mais parfois aussi lorsque la protection parentale a trop pesé sur l'enfant, celui-ci construit en grandissant des liens insécures avec celles et ceux qui comptent le plus pour lui, et plus tard reproduit cette insécurité à travers ses liens d'adulte, avec ses amis, son conjoint, ses enfants. Cela se traduit par de la dépendance affective anxieuse, de l'évitement émotionnel ou bien encore par un mix des deux. Théorisés par John Bowlby, les principes de l'attachement sont fondamentaux pour comprendre son propre fonctionnement relationnel et pourquoi nous en souffrons. Cet ouvrage propose d'identifier notre type d'attachement (sécure, anxieux, évitant ou désorganisé) et celui des personnes de notre entourage. Comprendre comment nous fonctionnons, quel que soit notre type d'attachement, conduit à une meilleure acceptation de soi, à davantage de sécurité intérieure et à d'autres possibles affectifs.

Notes : Bibliogr. p. 181-183.

Sujet(s) : Attachement Dépendance (psychologie)

Indice(s) : 152.41

Collation : 1 vol. (XIV-183 p.). 21 cm



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Liffol le grand	Adultes	documentaire	En rayon	152.41 PER		088120004196 63