

Depressione Quando Non Solo Tristezza

L'elaborazione emotiva è un fenomeno che nel corso degli anni è stato studiato in numerosi ambiti, tra cui quello delle neuroscienze, della neurobiologia e della filosofia. Anche la terapia EMDR può offrire il suo contributo nell'osservazione e nella comprensione dei processi che mettono in moto i ricordi, in particolare se di natura traumatica. I pazienti con la tendenza a reprimere o controllare le proprie emozioni rappresentano un territorio ancora tutto da esplorare per i professionisti che si trovano a confrontarsi con il trauma. In questo volume, l'esperta di traumi complessi e dissociazione Anabel Gonzalez illustra come applicare la terapia EMDR all'elaborazione emotiva.

Ti sei mai posto qualcuna di queste domande? Che cosa è lo stress? Quali sono i principali sintomi dello stress? Cosa posso fare per combattere lo stress? Cosa è l'ansia e quali sono i suoi sintomi? Come si può curare l'ansia? Cosa è la depressione? Quali sono i sintomi della depressione e come è possibile guarirne? Cosa sono gli attacchi di panico e come si curano? Cosa è la nevrosi? Cosa sono i «tranquillanti», gli ansiolitici, gli antidepressivi e i neurolettici? Cosa è la psicoanalisi? Cosa fa lo psicoanalista? Se la tua risposta è sì, questo libro è per te!

Consists of separately numbered series of publications of the Parlamento as a whole, the Senato, and the Camera dei deputati. Each session is divided into Disegni di leggi; Documenti; and: Discussioni.

Atti parlamentari

La salute con i fiori

Elementi di psicopatologia e di psicoterapia sistemico-relazionale in chiave di Ecologia della Mente

EMDR ed elaborazione emotiva

Depressione. Quando non è solo tristezza

I labirinti del tempo

Con questo libro gli Autori propongono un modo di pensare al processo dell'ammalarsi e al connesso processo del guarire/curare che rappresenta un contributo a ritrovare, riaffermare e sviluppare la natura originaria e rivoluzionaria dell'approccio

La nostra psiche è dominata dall'inconscio molto più che dal conscio, e dalle emozioni molto più che dalla ragione. Non siamo sempre consapevoli dei nostri pensieri, o di quello che sentiamo: per questo restiamo, in buona parte, un mistero a noi stessi, e serve una guida che aiuti a far luce dentro di noi, che tenti di semplificare i nostri tortuosi pensieri e le angosce che ghiacciano i nostri percorsi di vita. Quando un problema psicologico diventa invalidante per chi lo vive la figura dello psicologo è fondamentale: il suo supporto può aiutare a gestire le situazioni, a creare strategie e canali di comprensione ed infine portare alla risoluzione del problema. Matteo Marini e Luisa Fossati, esperti psicoterapeuti, con il testo Vi raccontiamo la psicologia in modo esauriente e chiaro affrontano l'argomento con competenza, introducendo il lettore, anche quello più digiuno della materia, nei meandri della psiche umana. La loro esperienza, acquisita con una lunga pratica, li ha portati a scrivere questo testo offrendo uno sguardo d'insieme dei principali disagi che affliggono la società moderna, il tutto accompagnato da una buona dose di ironia, tanto per sottolineare che una certa leggerezza è sempre utile per affrontare le tempeste che ci assalgono.

La trama della famiglia - La donna che mette al mondo un figlio non è mai sola. Il primo a essere coinvolto è il suo compagno: coinvolto da lei e per lei, ma anche coinvolto in prima persona. Quando nasce un bambino, "nascono" anche una madre, un padre, dei nonni. Per lasciare spazio al neonato, sulla scacchiera della famiglia ognuno si ritrova collocato in una casella diversa, a interpretare un ruolo a cui non è preparato e nel quale talvolta deve improvvisare. Con la sua presenza, quel bambino che sconvolge i ruoli genera scompiglio. E lo sconvolgimento dei ruoli, a sua volta, produce sul bambino degli effetti che spesso non sono riconoscibili da chi gli è più vicino. Basandosi su una lunga attività clinica di pediatra e sulla propria consapevole esperienza di figlio, padre e nonno, Franck Dugravier descrive, con eccezionale sensibilità, la catena di cambiamenti che la nascita di un bambino provoca. Rovesciando la prospettiva usuale, l'autore guarda il bambino e partendo da lui ricostruisce le relazioni che un figlio "mette al mondo": senza sentimentalismi ma con uno stile di grande dolcezza Dugravier racconta così - da quelli più prevedibili ai più sorprendenti - i diversi modi di diventare genitori.

Ti amerò da lontano come si fa con le stelle

Meditazione - per principianti

Mamme tristi

Prontuario dei fiori di Bach

Arcipelago malinconia

Vivere con il male oscuro

Una giornalista che conduce da anni ricerche e inchieste sulla Depressione in giro per il mondo, si imbatte in un libro sull'argomento scritto da un autore sconosciuto, incuriosita decide di intervistarla. Avvicinandosi all'uomo se ne innamorerà appassionatamente e troverà risposta a molti interrogativi sulla malattia della Depressione e sulla propria esistenza.

Con il suo lavoro, Goleman ha messo a fuoco per la prima volta l'importanza delle componenti emotive anche nelle funzioni più razionali del pensiero. Perché persone assunte sulla base dei classici test d'intelligenza si possono rivelare inadatte al loro lavoro? Perché un quoziente intellettuale altissimo non mette al riparo da grandi fallimenti, come la crisi di un matrimonio? La risposta è che a governare settori così decisivi della vita non provvede l'intelligenza astratta dei soliti test, ma una complessa miscela in cui hanno un ruolo predominante fattori come l'autocontrollo, la perseveranza, l'empatia e l'attenzione agli altri. In una parola, l'intelligenza emotiva. Una capacità insita in ognuno di noi, che può essere sviluppata, perfezionata e trasmessa per migliorare il proprio rapporto con sé, con gli altri e con la realtà che viviamo ogni giorno. Con una scrittura accattivante e scorrevole, Goleman ci mostra la via per ottenere sempre il massimo da noi stessi.

Il libro presenta un vasto panorama di sapienti consigli per avere buoni risultati nell'allevare i figli. È comunque di fondamentale importanza che i genitori siano sempre e in ogni tempo aperti e disponibili all'attenzione richiesta dai loro

figli, e che in tutta calma e tranquillità impartiscano loro la giusta e buona educazione. Nell'odierno mondo permissivo, viziato e maleducato, però, molti genitori trascurano questo consiglio o lo prendono troppo alla leggera. Quando i genitori seguono l'opinione corrente che viene divulgata da educatori non esperti ma ciarlatani, secondo cui i figli devono imparare a risolvere i problemi da soli, questi vengono spesso abbandonati a se stessi. D'altronde, se non dai propri genitori, da chi dovrebbero andare i nostri figli per ricevere saggi consigli e aiuto alle soluzioni dei loro problemi? In quali mani straniere, inesperte e individui loschi e senza scrupoli finiranno? Sì, l'educazione spetta obbligatoriamente solo ed esclusivamente ai genitori stessi. Quanto è assai meglio che i genitori stessi inculchino nei loro figli i sani principi, dando loro sempre, di prima persona, e in ogni occasione e circostanza più di un ampio aiuto e soluzione, insieme ad una salubre e amorevole educazione fin dalla tenera età! Mettendo in pratica i consigli qui esposti e se non si stancheranno di attuarli, i genitori mieteranno ricche ricompense, immancabilmente gioiranno per tutta la loro vita.

Come educare i figli in una società villana

Trómos / Terrore

Meditazione - la chiave per la felicità - 100 pratiche di meditazione per salute, successo e pace

La Mia Copia Fortunata

quasi un dizionario

Il miglioramento delle tue competenze con la gente

Malvagità, avidità, cinismo, indifferenza, perversioni... non sono frutto della libera scelta dell'uomo, ma il risultato di ciò che Creatore ha infuso in lui.

La gravidanza, la nascita e i primi tempi della maternità rappresentano per la maggior parte delle donne un'esperienza molto positiva. Eppure, non tutto potrebbe risultare come se lo sono aspettato.

Confrontarsi con i cambiamenti di vita durante e dopo la gravidanza, con la cura del proprio bambino, con i suoi comportamenti e il suo carattere richiede enormi capacità di resistenza fisica ed emotiva.

Perciò non è strano che i novelli genitori trovino talvolta difficile affrontare tale sfida. Questo libro, grazie a un efficace programma di intervento a orientamento cognitivo-comportamentale, insegna alle neomamme e ai neopapà che essere genitori è un'avventura sorprendente e unica, che però può avere anche dei momenti bui che è possibile superare. Propone utili tecniche per sollevare l'umore, gestire l'ansia e riconoscere e contrastare le modalità di pensiero negative alla base della depressione post parto. Il messaggio che vuole trasmettere è che una mamma che si sente triste non è una cattiva madre che non vuole bene al suo bambino, ma semplicemente una donna che ha bisogno di tempo per abituarsi al cambiamento importante che sta vivendo. Una volta apprese e messe in pratica, le tecniche suggerite dagli autori la aiuteranno a superare questo momento difficile e le insegneranno a vivere la maternità con maggiore serenità e gioia. «Mi chiamo Michela. Ho 32 anni, sono impiegata. Mi sono sposata quattro anni fa con Paolo, dopo un fidanzamento di tre anni. Ho vissuto la gravidanza con molta ansia. Temevo di perdere il bambino, avendo già avuto un aborto spontaneo l'anno precedente. L'ansia, però, calava man mano che passavano i mesi e si avvicinava il momento in cui avrei avuto tra le braccia il mio bambino. Io e mio marito l'avevamo desiderato tanto! Non avrei mai pensato di ritrovarmi un paio di mesi dopo la nascita di Andrea senza la forza né la voglia di occuparmi di lui e con una tristezza infinita nel cuore! Ma di solito queste emozioni non si provano quando succede qualcosa di brutto? Quando muore qualcuno? A me era successo qualcosa di bello, ma non riuscivo a gioirne. Mi è stato spiegato che era depressione post parto e che non ero l'unica donna a soffrirne. Prima di allora avevo solo idee vaghe sulla depressione e non pensavo che avrebbe mai interferito con la mia vita...»

Migliora Oggi Stesso Le Tue Competenze Per Una Comunicazione Efficace Con I Tuoi Coetanei, Gli Amici, I Familiari, Nelle Relazioni e Negli Affari! Ti senti a disagio nelle situazioni sociali in cui le prime impressioni sono di importanza vitale? Ti mancano fiducia e carisma nelle tue comunicazioni quotidiane che ti fanno sembrare distaccato e poco coinvolgente? Se le cose stanno così, ti potrebbero mancare alcune abilità cruciali per le persone, essenziali per la tua sopravvivenza e il tuo successo in questo mondo. Quando si tratta di competenze sociali non c'è niente di meglio che avere una serie di strategie ben sperimentate per prepararti al successo. In effetti, in questo modo, sei in grado di apprendere e scoprire sulle altre persone molti aspetti interessanti che non avresti avuto l'opportunità di conoscere se tu, in primo luogo, fossi troppo timido per avvicinarti a loro. In Questo Libro Apprenderai: Le Ragioni Comuni Sul Perché Le Persone Soffrono Di Ansia Sociale A Determinare La Tua Motivazione Per Divenire Più Socievole Perché Avere Competenze Sociali è Così Importante Svoltare Relazionale Intelligenza Emotiva Come Parlare A Chiunque Suggerimenti Ben Sperimentati Per Attrarre, Sostenere E Superare Un Colloquio O Una Conversazione Con Facilità Le 5 Chiavi Segrete dell'Ottima Comunicazione E Relazione Perché Noi Siamo Animali Sociali E Cosa Significa Essere Un Tutt'Uno Nove Strategie Per Divenire Un Miglior Attore Sociale Tattiche Di Comunicazione Indispensabili Per Ottime Connessioni Come Monitorare Conversazioni ***BONUS*** Come Padroneggiare L'Arte Della Presentazione Il Ruolo Della Tecnologia E Come Ha Condizionato Le Nostre Competenze Comunicative In Negativo Strategie Per Divenire Un Efficace Comunicatore Come Lavorare Sulla Relazione, Scoprire Realmente Come Sei, La Chiave del Tuo Successo E tanto di più... Scopri le 9 strategie, divieni un miglior attore sociale, fatti più amici e conosci più profondamente le altre persone. Elimini le congetture dall'equazione e consenti a te stesso di utilizzare appieno il tuo potenziale proprio adesso! Ritira la tua copia in questo momento cliccando sul pulsante COMPRA ORA in alto nella pagina! Al Tuo Successo!

Translator: Bruna Ferioli PUBLISHER: TEKTIME

Manuale critico di psichiatria

Le intermittenze del cuore
I volti della tristezza. Un'analisi psicologica
Noi siamo un colloquio
Lavorando con pazienti con grave disregolazione

Le 6 emozioni sul lavoro. Viverle, riconoscerle e utilizzarle per avere successo

ARRENDITI E SII IL PIÙ FELICE POSSIBILE CON LA MEDITAZIONE La mediazione si è dimostrata molto utile nella maggior parte degli aspetti della vita. Daremo uno sguardo più approfondito ai benefici della meditazione e come ti aiuterà a rompere le tue cattive abitudini. La meditazione è l'atto di calmarti e rallentare il tuo respiro per trovare veramente il tuo centro. È usato da persone di ogni ceto sociale, sebbene sia principalmente usato dai monaci per trovare la pace interiore. Tuttavia, chiunque può meditare e trovarlo efficace. Non devi nemmeno essere un esperto. Ci sono così tanti tutorial là fuori. Questo libro tratterà anche le tecniche di meditazione, per assicurarti di apprendere tutto ciò che devi sapere sull'apertura del tuo QI emotivo. Vuoi aprirlo per trovare te stesso e la meditazione ti aiuterà in questo. Se stai già meditando, allora hai un vantaggio. Chiedi a chiunque mediti e ti diranno che fa bene. Ma in che modo? È solo con anni di pratica, o c'è una ricerca scientifica là fuori che dimostra che è un bene per te? Ecco alcuni modi generali in cui la meditazione può aiutare: migliora la forza di volontà; migliora la concentrazione; riduce lo stress; migliora la capacità di apprendere; aumenta l'energia. In questo libro imparerai: □ Semplici pratiche di meditazione □ Come meditare correttamente □ Pratiche calmanti per alleviare lo stress □ Meditazioni per l'emotività e il controllo □ Miglioramento dell'autodisciplina e del QI emotivo □ Meditazione per le emozioni **E MOLTO ALTRO ANCORA! PUBLISHER: TEKTIME**

Depressione. Quando non è solo tristezza Bios Psichè Meditazione - per principianti Meditazione - la chiave per la felicità - 100 pratiche di meditazione per salute, successo e pace Tektime

Quale è la realtà della follia, e quale la sua immagine? In che relazione sta con le comuni esperienze di dolore o di malinconia? Attraverso quali linguaggi riesce a comunicare una sofferenza che pare riferirsi a un altro mondo, a una diversa realtà? Come tutto ciò finisce per condizionare la creatività? E in che modo dovrebbe porsi una psichiatria realmente umana che voglia immedesimarsi con le vibrazioni più intense delle anime sofferenti? Eugenio Borgna, nel tentativo di dare risposta a domande come queste, interroga quanti hanno provato a esprimere il senso delle lacerazioni dolorose o delle tormentose inquietudini sperimentate nelle loro vite. Ci introduce così, come in un'ideale galleria letteraria e artistica, ad alcune delle grandi opere che aiutano a cogliere un'altra immagine della follia: quelle di pensatori come Nietzsche o Kierkegaard, di poeti come Georg Trakl, Nelly Sachs e Paul Celan, di scrittori come Virginia Woolf, o di pittori come Friedrich o Böcklin, di registi come Bergman o Lars von Trier. Ma ci svela anche le modalità di esprimere le profondità e le ferite dell'anima di alcune delle sue pazienti, come Angela e Valeria, di grandi mistiche come Teresa di Lisieux e Teresa d'Ávila, o di vittime di una sorte atroce quale fu Etty Hillesum. Al centro del libro resta il significato della follia come esperienza umana, specchio nel quale si riflette, dilatata e radicalizzata, la nostra condizione. La follia come epifania del dolore, come destino, come esperienza creativa. La follia che rende possibile una più ampia comprensione di quello che noi siamo nella nostra fragilità, e di quello che è il mondo nella sua insondabile complessità.

Di armonia risuona e di follia

Depressione

Quel che Lacan diceva delle donne. Studio di psicoanalisi

Depressione, malinconia e mania. Capirle e correggerle naturalmente

La depressione creativa di E. Cioràn

Nuove terapie con i fiori di Bach

1796.259

Indice: Eugenia Pelanda, Premessa; Daniela Albero, Introduzione; L'incontro con l'adolescente e la presa in carico (La richiesta; Il contratto e la dimensione transferale) I due perni del funzionamento psichico dell'adolescente (Il narcisismo e le relazioni oggettuali) La nevrosi in adolescenza (Riflessioni teoriche; Il trattamento) Le organizzazioni narcisistica e borderline in adolescenza (Riflessioni teoriche; Il trattamento).

Ho scritto questo libro dal titolo: TI AMERÒ DA LONTANO COME SI FA CON LE STELLE. Da tempi remoti le genti si domanda spesso cosa c'è dentro "L'INTIMO" una donna. Tanto misterioso? Furbizia, Vizio, segreti e tradimenti? Non solo questo. Un cuore che pulsa la vita, l'Amore e la Temperanza. Come possa una donna nascondere il suo giardino proibito per tutta la sua vita? "Uno "Stomaco" di ferro." Lei è capace d'Amore di soffrire in silenzio e di essere felice urlando. Quale verità oscura si nasconde nel profondo cuore di una donna? Domande, che qui alcune trovano una risposta, e alcune no! Stella la protagonista perde molti affetti. Lei ama i suoi cari, da lontano, come si fa con le stelle. Una vita colorata la sua da Bambini che giocano a rincorrersi nei campi, e poi si amano, consumano quel sentimento puro e gentile che solo i bimbi possono vantarsi di possedere nella loro innocenza. Passione travolgente nelle spiagge in riva al mare, che le lasciano ricordi d'amore. Ricordi felici, di tempi passati che le creano dolore. Amori i suoi che vanno e per destino si dissolvono senza un perché razionale, senza spiegazioni. Amori che consumati e condivisi da lontano guardando le stelle, alleviano le pene. Poi lei riceve soddisfazioni dal successo, ottenuto per mezzo del suo fascino, della sua mirabile bellezza e intelligenza. Lei non sale i gradini del successo, direttamente arriva in ascensore alla fama e alla gloria. Misteri e segreti che abbagliano uomini, che solo una donna conosce, e solo una bella come "Stella" può essere padrona di questo potere, incantatore che affascina e seduce gli uomini. Infine tra dolori e tanta felicità al contempo, lei trova la pace e finalmente conduce una vita normale surclassando amici e nemici in uguale modo. Una vita vissuta tra

realtà e fantasia la sua ma piena. Buona lettura.

La psicoterapia dell'adolescente. Setting, relazione, trattamento. I Seminari di Area G

dal mito di Dracula alla presenza quotidiana

una ricerca sul rapporto degli adolescenti e dei giovani con il tempo

La pratica del confessionale esposta dal padre Francesco Maria Baccari

Guardiamoci in un film. Scene di famiglia per educare alla vita emotiva

Fiori di Bach. Come sceglierli, quando utilizzarli

Luc de Clapiers, il marchese di Vauvenargues, citato da Nietzsche, diceva che "i grandi pensieri vengono dal cuore". Vale anche per il dialogo psicoterapeutico? La psichiatria non può limitarsi a essere pura scienza medica, somministrando psicofarmaci per curare le lesioni del cervello, deve saper comprendere, accogliere e curare le ferite dell'anima a partire dalla relazione umana. La psichiatria non può non essere anche psicologia, capacità di comunicazione tra soggetti. Il dialogo autentico consente infatti ai ricordi di riemergere, per trasformare le nostre vite, e di sfuggire a un'individualità esasperata, rispecchiandosi nell'altro. Il linguaggio di questo dialogo non può essere semplicemente tecnico, deve saper cogliere sguardi, sottintesi, e potersi nutrire di poesia, le cui intuizioni sono spesso rivelatrici. Rivolgendosi in particolare alle nuove generazioni, Eugenio Borgna parla dello spirito che dovrebbe animare psicologi e psichiatri, ma anche delle possibilità di introspezione e di comunicazione che ciascuno di noi ha.

Questo manuale è il primo che, per guarire il meraviglioso e complesso sistema di corpo-mente e spirito di cui siamo fatti, parte dal disagio del corpo e non da quello della mente. È un utile vademecum che contiene un preciso dettagliato elenco di tutti i disturbi fisici, delle loro varie e sfumate motivazioni psicologiche e dei vari fiori di Bach che, da soli o in combinazione, possono servire a curarli. Nessuno, prima di Miria Silvi, aveva pensato di scrivere un libro di floriterapia basato sui sintomi fisici: eppure la maggior parte delle volte è attraverso il corpo che scopriamo che qualche cosa dentro di noi si è incrinato, che non abbiamo la vita che vorremmo, che ci siamo dimenticati dei nostri sogni e abbiamo, come diceva Freud "barattato la felicità con la sicurezza". La salute con i fiori rende quindi accessibile a tutti il mondo della floriterapia ed è un utile strumento anche per chi già possiede un personale bagaglio floriterapeutico.

Qual è il nucleo, qual è l'essenza di una esperienza psicotica? Nel suo saggio introduttivo Carmelo Conforto, riferendosi a Hans Gadamer, si interroga sul "dolore" e sul "sapere". Che cosa infrange e spezza il cuore in un'esperienza psicotica? Come un cuore umano, come il cuore di ciascuno di noi, può essere costretto a rendersi dis-umano quando è attraversato da un terrore senza nome? Questo libro si propone di parlare del trómos/terrore come sentimento nucleare di ogni forma di vita psicotica, recuperando quei percorsi di ricerca teorica, e soprattutto clinica, che Mauro Manica ha appassionatamente, pazientemente e discretamente tentato di tracciare in più di vent'anni di lavoro terapeutico con i pazienti psicotici: Holzwege, heideggeriani "sentieri interrotti". Trómos/Terrore è la testimonianza di questa esperienza clinica e umana, di un'esperienza che potrebbe essere utile condividere con studenti, con terapeuti in formazione, con psicoanalisti delle patologie gravi, e con chiunque voglia affacciarsi sul mistero della psicosi.

La trama della famiglia

L'attesa e la speranza

Intorno Al Mondo Dentro Me

I grandi pensieri vengono dal cuore

Come in uno specchio oscuramente

scenari e parole dell'interiorità

1930.7

Scene di famiglia per educare alla vita emotiva

Viverle, riconoscerle e utilizzarle per avere successo

Scritti psicoanalitici sulla psicosi

Il mondo che Dio ha voluto

Tutto quello che avreste voluto sapere... e non vi hanno mai saputo spiegare. Collana "l'InformaGiovani "

Enciclopedia medica italiana