

Sztuka szczęśliwego życia we dwoje

Les i Leslie Parrott

Sztuka szczęśliwego życia we dwoje

Produkt chwilowo niedostępny

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Dla małżeństw

24,90 zł

numer katalogowy: MS/0117
ISBN: 9788380210158
liczba stron: 220
format: 21x29 cm
oprawa: miękka
rok wydania: 2015

Bez wątpienia małżeństwo uszczęśliwia. Problem w tym, że nawet gdy początkowo jest wspaniale, to nasze szczęście wynikające z faktu, że się pobraliśmy, nie będzie trwać tak długo, jak sądzimy. Według badań wzrost poczucia szczęścia w małżeństwie jest odczuwany średnio tylko przez pierwsze dwa lata. Później, gdy partner okazuje się nie dawać nam takiego szczęścia, jakiego oczekiwaliśmy, często myślimy, że coś jest z nami nie tak. Nie jesteśmy w tym odosobnieni – to naturalna dynamika miłości. Małżeństwo, gdy nim dobrze pokierujemy, może przyczynić się do naszego szczęścia bardziej, niż się powszechnie uważa.

Książka pomaga podtrzymać puls szczęścia w każdym związku, przywołując praktyczne strategie działania i zasady, oparte na wielu solidnych badaniach, które przetrwały próbę czasu. Coraz więcej badań z dziedziny neurobiologii i psychologii potwierdza związek między udanym małżeństwem a określonymi zachowaniami, które mają na celu zwiększenie poczucia szczęścia.

Les i Leslie Parrott pracują na Uniwersytecie Seattle Pacific, gdzie założyli Center for Relationship Development. On jest psychologiem, a ona terapeutą małżeńskim i rodzinnym. Są autorami wieluksiążek, z których część znalazła się na liście bestsellerów „New York Timesa”. Występują w programach telewizyjnych, publikują w czasopiśmie, jeżdżą po kraju z wykładami. Ich strona internetowa LesandLesli.com zawiera ponad tysiąc krótkich filmów wideo, w których odpowiadają na pytania dotyczące budowania związków.