Libreria Claudiana
Via Francesco Sforza 12/a - 20122 Milano
Tel. 02 76021518

Giovedì 2 febbraio 2017 ore 18

Presentazione del libro

SURFANDO SUL CONFLITTO

Esercizi e tecniche per evitare la trappola del conflitto e migliorare le relazioni

di **Tiziana Fragomeni**

Il conflitto è come un'onda che sale, monta contro il tuo antagonista, ma poi torna inevitabilmente indietro, infrangendosi anche su di te, sfiancandoti e minando le tue relazioni più importanti. Ma, se imparerai a sfruttare la sua energia e a "cavalcarne l'onda", imparerai anche a stare in equilibrio sulla tavola, a governare le tue emozioni, a trovare il tuo centro di gravità, a dosare le energie nella contrapposizione. Per raggiungere questo obiettivo, il testo ti guiderà, capitolo dopo capitolo, in un lavoro di auto-osservazione e auto-consapevolezza per imparare a non cadere in quei meccanismi e automatismi inconsapevoli che si attivano nel corso dei conflitti; poi, grazie alla Legge dello Specchio e all'energia dell'intenzione, ti insegnerà a diventare un "causante consapevole", cioè una persona che si assume la responsabilità di "agire" con coerenza invece di "re-agire" impulsivamente.

dialoga con l'autrice

Prof. Avv. Arturo Maniaci
Professore aggregato di Diritto Privato
Università degli Studi di Milano

ingresso libero