

Almási Kitti

LEZÁRÁS, ELENGEDÉS, ÚJRAKEZDÉS



Mi vár ránk egy szakítás vagy válás után, "újrakezdőként"? Milyen gátlásokat, félelmeket, kapcsolati mintákat viszünk magunkkal tovább, és mit tehetünk ezekkel a minket blokkoló tényezőkkel?

Dr. Almási Kitti klinikai szakpszichológus körbejárja a válás körüli elengedési folyamatot, megmutatja, miként gyógyíthatjuk meg a kapcsolatban szerzett sérüléseinket, és segít abban, hogy átlássuk, mi befolyásol minket egy új kapcsolatba lépve. Elárulja, mitől lesz jó élmény az első randi, miért vágyunk annyira a pozitív visszajelzésekre, és hogyan tisztázhatjuk a párválasztás során valódi, belső vágyainkat. Praxisa során szerzett tapasztalatait olvasmányos történetekkel szemléltetve kiderül, mivel érvényesülhetünk a párkeresők (olykor kegyetlen) piacán, illetve hogyan tudunk ebben az önismereti folyamatban visszatalálni a szabadsághoz és az önelladáshoz, vagyis önmagunkhoz.