

La terapia dell'umorismo. Metodi e pratiche per il benessere personale e relazionale



Editore:	Carocci
Autore:	Rino Cerritelli
Pagine:	222 p.
Collana:	I manuali
EAN:	9788874666812
Category:	Psicologia
Anno edizione:	2013
In commercio dal:	28/11/2013

[La terapia dell'umorismo. Metodi e pratiche per il benessere personale e relazionale.pdf](#)

[La terapia dell'umorismo. Metodi e pratiche per il benessere personale e relazionale.epub](#)

Oggi più che mai, c'è bisogno di un umorismo genuino, utile e spirituale, svincolato da esigenze esibizionistiche o competitive. Un umorismo che nasca e viva nella quotidianità per gestire le relazioni, superare i fallimenti, coltivare tolleranza e solidarietà, stimolare il pensiero creativo e l'intelligenza emotiva, migliorare il carattere e la qualità del vivere. Un umorismo ingegnoso e costruttivo, che induca a ricercare un più sano rapporto con le situazioni di dolore e sofferenza. L'obiettivo di questo libro è far conoscere uno strumento innovativo di crescita individuale, relazionale e sociale, divenuto indispensabile per chiunque operi in ambito terapeutico, educativo e sociosanitario: l'umor terapia. Uno strumento che non è concentrato solo sull'aspetto performativo del comico o su quello fisiologico del ridere, ma sul contributo che l'umorismo può dare a una più equilibrata interazione olistica tra mente, corpo e ambiente. Le teorie, i metodi e le tecniche presentate nel volume sono state applicate dall'autore e da Matteo Andreone in anni di corsi, workshop e seminari. Attraverso la conoscenza e la pratica dell'umor terapia sarà possibile non solo usare in modo supportivo, dinamico e condiviso l'umorismo (e quindi incrementare il benessere in campo affettivo, sociale e professionale), ma anche riappropriarsi di una risorsa esistenziale che ci appartiene per diritto di nascita.

Tecnologia. Antonella, il problema del tuo bambino non è assolutamente preoccupante per la sua salute futura, però mi rendo conto che può essere fastidioso nell'immediato. Antonella, il problema del tuo bambino

non è assolutamente preoccupante per la sua salute futura , però mi rendo conto che può essere fastidioso nell'immediato. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato elettronico (ebook. La storia del libro segue una serie di innovazioni tecnologiche che hanno migliorato la qualità di conservazione del testo e l'accesso alle informazioni, la. Tecnologia. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato elettronico (ebook. Tecnologia. Tecnologia. La storia del libro segue una serie di innovazioni tecnologiche che hanno migliorato la qualità di conservazione del testo e l'accesso alle informazioni, la. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato elettronico (ebook. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato elettronico (ebook. Antonella, il problema del tuo bambino non è assolutamente preoccupante per la sua salute futura , però mi rendo conto che può essere fastidioso nell'immediato. La storia del libro segue una serie di innovazioni tecnologiche che hanno migliorato la qualità di conservazione del testo e l'accesso alle informazioni, la.

La storia del libro segue una serie di innovazioni tecnologiche che hanno migliorato la qualità di conservazione del testo e l'accesso alle informazioni, la.

Antonella, il problema del tuo bambino non è assolutamente preoccupante per la sua salute futura , però mi rendo conto che può essere fastidioso nell'immediato.