



Les relations, source de croissance : S'accueillir l'un l'autre

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Les relations, source de croissance : S'accueillir l'un l'autre

Hal Stone, Sidra Stone

Les relations, source de croissance : S'accueillir l'un l'autre Hal Stone, Sidra Stone

 [Télécharger Les relations, source de croissance : S'accue ...pdf](#)

 [Lire en ligne Les relations, source de croissance : S'acc ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Les relations, source de croissance : S'accueillir l'un l'autre** Hal Stone, Sidra Stone

282 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

Ce livre parle de la relation, la relation en tant qu'aventure, en tant que continuel voyage dans l'inconnu. Il parle d'elle comme d'un enseignant qui nous amènerait à une exploration du monde extérieur et de notre monde intérieur, nous guidant vers une inexorable évolution de conscience. Pour l'écrire, nous nous sommes basés sur notre expérience personnelle et sur celle des nombreuses personnes qui ont bien voulu partager leur intimité avec nous.

Ce n'est pas un livre avec des réponses faciles, un livre pour «résoudre les problèmes» ou faire en sorte que les relations «marchent». Nous avons appris au fil des ans que les réponses faciles n'existaient pas. C'est en revanche un livre qui va initier le lecteur à l'étonnante complexité des liens entre les êtres humains et lui permettre de découvrir l'incroyable richesse et les cadeaux potentiels de ces liens.

La relation, dans cette approche, est un voyage de l'âme. Bien que cela puisse paraître parfois difficile à croire, le voyage est passionnant, parsemé de tours et détours inattendus et, d'une façon assez surprenante, c'est un chemin très naturel. Tout est une question de confiance. Malheureusement, peu d'entre nous avons reçu une éducation qui nous permette d'avoir foi en la relation et d'apprendre grâce à elle. Nous avons appris, au contraire, à mener nos relations de manière «appropriée», à réfléchir, à faire en sorte qu'elles fonctionnent, et généralement, à les contrôler afin que personne, ni nous, ni les autres, ne soit jamais mal à l'aise. Notre souci principal, que ce soit dans la relation avec l'être aimé, ou celle avec les membres de notre famille, nos collègues ou professeurs est de faire disparaître tout mal-être, de résoudre les problèmes et d'éviter les conflits.

Notre culture est essentiellement rationnelle et attachée au résultat, cela se reflète dans nos relations. Nous les voulons sans faille et efficaces. Nous lisons des livres expliquant comment les améliorer ; nous apprenons des techniques d'analyse et de communication, des méthodes de résolution des conflits. Pourtant, ces relations ne sont jamais aussi lisses et parfaites que nous imaginons qu'elles devraient l'être. Qu'il s'agisse de discipliner un enfant, de parler avec nos parents, d'entrer en rapport avec un collègue ou de nous reconnecter avec l'être aimé, les choses peuvent devenir vite inextricables.

Dans cette façon très mécanique d'envisager les choses, la plupart d'entre nous pensons que si nous arrivons à découvrir comment les relations fonctionnent, jamais plus nous ne serons malheureux, incompris ou mal à l'aise. Nous avons en tête (nous, ou notre perfectionniste intérieur) l'image de deux individus mûrs, aimants et bien assortis, capables de se relier profondément, de s'épauler mutuellement et d'interagir avec beaucoup de bon sens. Ce couple idéal résout les problèmes en s'asseyant tranquillement pour en parler avec bon sens, écoutant, respectant et communiquant efficacement sans jamais blesser les sentiments de l'autre, sans jamais se retrouver dans la confusion la plus totale, sans jamais remettre en question ses postulats de base. Il existe toujours une compréhension claire de la forme que va prendre la relation et de son évolution future.

Présentation de l'éditeur

«Chaque relation nous offre la possibilité d'un émerveillement et d'une croissance sans fin, mais porte aussi en elle les germes de sa propre destruction ? A vous de choisir !

Dans *Le Dialogue Intérieur*, nous vous présentions votre famille intérieure. Dans *Les relations, source de croissance*, nous vous invitons à nous accompagner dans un nouveau voyage au coeur des mystères de la psyché, pour y découvrir cette fois la danse de ces subpersonnalités dans les relations.» Hal et Sidra STONE

Et si une meilleure compréhension était possible dans le couple ?

Créée par Hal et Sidra Stone, la technique du Dialogue Intérieur/Voice Dialog permet de bien connaître nos

entités intérieures ou subpersonnalités et de les mettre à leur juste place.

Appliquer cette technique aux relations de couple, de travail, parentales, etc., nous ouvre de nouvelles perspectives. Mieux se connaître, évoluer ensemble, faire émerger les subpersonnalités de l'un et de l'autre sont autant de défis à relever au quotidien. Les auteurs nous invitent à écouter chaque partie de nous-mêmes pour mieux comprendre nos blocages et aspirations profondes, et mieux comprendre l'autre. De nombreux exemples vécus viennent étayer le propos.

Un livre passionnant et très utile pour une vie de couple et toutes relations harmonieuses, authentiques et créatives !

Hal et Sidra STONE ont exercé tous deux pendant de nombreuses années et dans divers environnements comme psychologues cliniciens, consultants et psychothérapeutes.

Le Dr Hal STONE, est à l'origine du premier centre de thérapie holistique de Los Angeles. Biographie de l'auteur

Hal et Sidra Stone sont les créateurs du "Voice Dialogue", Dialogue Intérieur, procédé d'exploration de la conscience à la simplicité trompeuse, mais d'une étonnante efficacité. Tous deux ont exercé pendant de nombreuses années et dans divers environnements comme psychologues cliniques, consultants et psychothérapeutes. Le Dr Hal Stone, formé à l'origine comme analyste jungien, a été le fondateur/directeur du "Center for the Healing Arts", premier centre de thérapie holistique de Los Angeles. Le Dr Sidra Stone occupait le poste de "Executive Director" de "Hamburger Home", un centre de traitement résidentiel pour adolescentes.

Download and Read Online Les relations, source de croissance : S'accueillir l'un l'autre Hal Stone, Sidra Stone #V0CASG7YHWL

