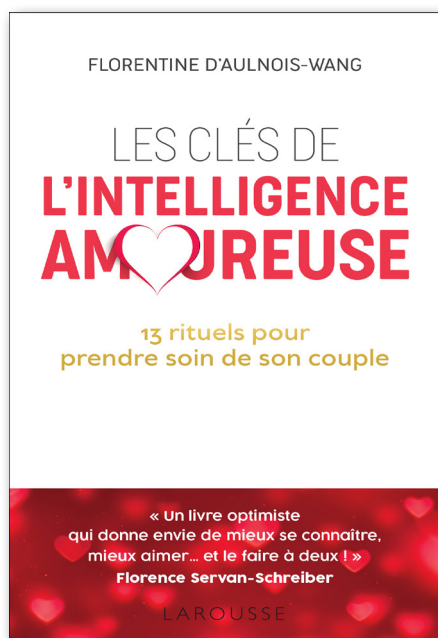


Les clés de l'intelligence amoureuse

Florentine D'AULNOIS-WANG

En librairie le 6 juin 2018

18 euros - 240 pages



Découvrez une approche inédite pour être heureux en couple grâce à ces 13 principes et rituels.

Reproches, agacements quotidiens, tensions... Nous connaissons tous des crises au sein de notre couple et avons tous besoin de solutions.

Parce que le grand amour n'est pas donné mais se construit pas à pas, **Florentine d'Aulnois-Wang propose 13 principes et 13 rituels inspirés de la psychologie positive et des neurosciences pour développer votre Intelligence Amoureuse et passer de la crise à la reconnexion.**

Les conseils et exercices prodigués dans cet ouvrage aideront les lecteurs à communiquer sans crier ni se taire, comprendre l'influence de l'enfance sur la vie de couple, retrouver la joie d'être ensemble, sortir des conflits et transformer sa relation en profondeur.

« Voici enfin de bonnes raisons de se disputer, mais aussi de s'aimer, en décongelant toutes les parties de nous à offrir à l'autre. Un livre précieux et optimiste qui donne tout de suite envie de se mettre au travail pour mieux se connaître, mieux aimer, et le faire à deux. »

Florence Servan-Schreiber

Les 13 rituels pour prendre soin de son couple

La méditation des amoureux

Le dialogue des peaux

L'écoute radicale

Le discernement biographique

La recherche du besoin caché

Le grand nettoyage

L'expérience héliotrope

La présence tendre

Les langages de l'amour

L'amende honorable

Le grand rêve à deux

Le chérissenement

Le stretch amoureux

L'auteur

Florentine d'Aulnois-Wang est licenciée en psychologie, gestalt-thérapeute et thérapeute Imago. En couple depuis plus de 20 ans, elle aide des centaines de couples en consultations, stages, ateliers et conférences. Aujourd'hui présidente de l'association Imago-France, elle supervise et forme aussi des thérapeutes.

Extrait

« Devenons de grands amoureux ! L'Intelligence Amoureuse est faite de connaissance et d'engagement, d'intentionnalité et de conscience. Faisons le focus sur l'amoureux que nous rêvons d'être plutôt que sur celui que nous voudrions avoir... Il n'y a d'abord qu'auprès de nous-même que nous avons un réel potentiel de transformation. Osons être ce partenaire que nous rêvons d'être. Choisissons de vivre une belle vie amoureuse ; notre bonheur dépend plus de nos choix que des circonstances extérieures. Le bonheur est une collection de moments heureux. Être amoureux, c'est une collection de moments d'amour. Devenons collectionneurs, il est possible de créer et de cultiver l'espace pour ces moments. Concentrons notre énergie pour créer du nouveau plutôt que de la gaspiller à se battre contre de l'ancien. »