



ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken



Download



Online Lesen

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

ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken

Russ Harris

ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken Russ Harris

Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken

Broschiertes Buch

Gängige Mythen über die Liebe bereiten den Boden für einen Kampf mit dem wirklichen Leben. Die unangenehme Wahrheit ist die, dass es so etwas wie einen perfekten Partner nicht gibt, dass alle Paare sich streiten und dass die Gefühle der Liebe kommen und gehen wie das Wetter. Aber das heißt nicht, dass Sie nicht trotzdem eine freudreiche und erfüllende Beziehung haben könnten.

Mithilfe eines einfachen Programms, das auf der achtsamkeitsbasierten Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) aufbaut, können Sie lernen, effektiver mit schmerzhaften Gedanken und Gefühlen umzugehen und sich vollständig auf den Prozess gemeinsamen Lebens und Liebens einzulassen.

Mit Ihrem Partner oder auch alleine lernen Sie:

Konflikte loszulassen, sich zu öffnen und vollständig in der Gegenwart zu leben

Mit Achtsamkeit die Intimität, die Verbindung und das Verständnis zu erhöhen

Schmerzhaft Konflikte zu lösen und seit langem bestehende Differenzen beizulegen

Entsprechend Ihren Werten zu handeln, um eine reiche und bedeutsame Beziehung aufzubauen

 [Download ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commit ...pdf](#)

 [Online lesen ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Comm ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken Russ Harris

312 Seiten

Kurzbeschreibung

Gängige Mythen über die Liebe bereiten den Boden für einen Kampf mit dem wirklichen Leben. Die unangenehme Wahrheit ist die, dass es so etwas wie einen perfekten Partner nicht gibt, dass alle Paare sich streiten und dass die Gefühle der Liebe kommen und gehen wie das Wetter. Aber das heißt nicht, dass Sie nicht trotzdem eine freudreiche und erfüllende Beziehung haben könnten.

Mithilfe eines einfachen Programms, das auf der achtsamkeitsbasierten Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) aufbaut, können Sie lernen, effektiver mit schmerzhaften Gedanken und Gefühlen umzugehen und sich vollständig auf den Prozess gemeinsamen Lebens und Liebens einzulassen.

Mit Ihrem Partner oder auch alleine lernen Sie:

Konflikte loszulassen, sich zu öffnen und vollständig in der Gegenwart zu leben

Mit Achtsamkeit die Intimität, die Verbindung und das Verständnis zu erhöhen

Schmerzhaftes Konflikte zu lösen und seit langem bestehende Differenzen beizulegen

Entsprechend Ihren Werten zu handeln, um eine reiche und bedeutsame Beziehung aufzubauen

Download and Read Online ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken Russ Harris #6DNIUSRC3X2

Lesen Sie ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris für online ebookACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris Bücher online zu lesen. Online ACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris ebook PDF herunterladenACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris DocACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris MobipocketACT der Liebe: Mit Hilfe der Akzeptanz- und Commitment-Therapie unnötige Kämpfe beenden, Differenzen klären und die Beziehung stärken von Russ Harris EPub