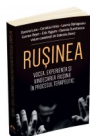
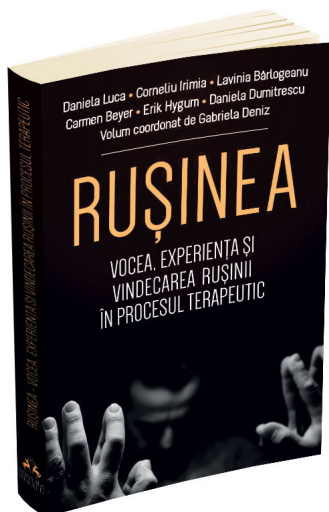


Rusinea - Vocea, experienta si vindecarea rusinii in procesul terapeutic



Rusinea este o experienta nedorita si greu de controlat. Este o emotie care are propriul ei set de reactii si expresii corporale si faciale, dar se amesteca cu multe alte reactii dureroase si tensiuni interioare in viata noastra de zi cu zi.

Rating: Nu a fost evaluat inca

Pret:

Pret catalog: 47,00 lei

Pret cu reducere: 44,76 lei

Pretul de vanzare: 47,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

Cartea *Rusinea* reuneste contributiile a mai multor autori – psihoterapeuti – in jurul **conceptului de rusine** si **modul in care trebuie inteleasa rusinea** si pregatita confruntarea cu suferinta produsa de ea pentru a ne deschide **o cale catre reflectie si compasiune de sine**. Volumul se adreseaza tuturor celor care s-au confruntat macar o data in viata cu emotia rusinii, care doresc sa identifice **mecanismele** din spatele ei, sa dezamorseze puterea pe care aceasta o detine asupra psihicului uman si ulterior, **sa aleaga curajul** atunci cand vocea rusinii ii indeamna sa se ascunda de sine insusi si de lume.

Beneficiile acestei carti sunt extrem de valoroase prin complexitatea perspectivelor si a experientelor cu care vine in sprijinul cititorului, multe dintre ele **izvorate din procesele psihologice si psihanalitice** de durata ale autorilor, dar si din propriile lor lupte interioare cu rusinea. Fiecare autor lanseaza cititorului **o invitatie la introspectie si analiza** prin dialoguri profunde, prin impartasirea unor povesti personale de viata sau din cabinet, dar si prin practici utile si metode testate in lucrul cu rusinea.

Rusinea este o experienta nedorita si greu de controlat. Este o emotie care are propriul ei set de reactii si expresii corporale si faciale, dar se amesteca cu multe alte reactii dureroase si tensiuni interioare in viata noastra de zi cu zi. Astfel, e o stare intensa si perturbatoare despre care nu ne dorim mereu sa vorbim. Pozitive sau negative, caci nu putem alege de cele mai multe ori ce sa simtim, emotiile fac insa ca lucrurile sa conteze. Fara emotie, nu simtim placere, nu simtim bucurie, nu simtim ce pierdem, ce e valoros pentru noi. De aceea a ne intelege emotiile, indiferent de culoarea lor, este un element important in orice cautare angajata a propriei identitati.

In psihoterapie, rusinea este o prezenta cheie de ambele parti ale relatiei. Cartea *Rusinea. Vocea, experienta si vindecarea rusinii in procesul terapeutic* este scrisa pe mai multe voci, oferind oglinzi in care sa putem privi, fara atasamente si prejudecati, si sa ne luam de acolo ce ne trebuie, ce ne atrage, ce are sens pentru noi. Ma gandesc la ea ca la o propunere spre interactiune si discutii, in care rusinea, frica si autocritica/critica in exces au fost linistite si ne putem privi in ochi, oferindu-ne intelegere si bunavointa, indiferent de care parte a unui argument ne situam. Sper sa ofere o punte de la un psihoterapeut la altul, de la terapeut la client si, de ce nu, si invers, pentru exprimarea acelor lucruri de care ne ferim, pe buna dreptate, sa vorbim in cele mai multe locuri. Vocile care se fac auzite in aceasta carte sunt deosebite, reprezentand psihoterapeuti importanti din spatiul nostru cultural. Va invit sa le cunoasteti experientele si sper sa va conduca mai aproape de vindecare.

Gabriela Deniz

„Atunci cand vorbim despre rusine, ne este de folos poate sa avem in minte, inca de la inceput, faptul ca ea nu se manifesta ca un fenomen unitar, omogen, nu exista o singura forma de rusine, ci mai multe, destul de diferite intre ele. Un alt aspect important tine de faptul ca rusinea apare rareori ca un fenomen izolat, cel mai adesea o gasim intr-un fel de ghem emotional multicolor alaturi de anxietate, vinovatie, timiditate, introversie, hipersenzitivitate, frica, nesiguranta, umilinta si altele, ceea ce contribuie in plus la dificultatea de a o diferentia si a o recunoaste drept ceva distinct. ”

Carmen Beyer

„In timp ce doliul este acceptat si reglementat din punct de vedere social si cultural, rusinea este o chestiune personala, privata, iar incalcare intimitatii rusinii este, in sine, rusinoasa. Rusinea apare in relatii si, in mod paradoxal, distruge chiar aceste relatii, lasand persoana izolata de comunitate, neputincioasa si singura. Rusinea apare atunci cand exista o neconcordanza intre ceea ce lumea asteapta de la o persoana si ceea ce ea si cum gandeste, simte si actioneaza, de fapt, persoana respectiva.”

Erik Hygum

„In Metoda ESPERE® furia este vazuta ca un ecran care ascunde in spatele sau una dintre ranile esentiale (nedreptate, rusine, neputinta, abandon, respingere, tradare etc.) care se instaleaza la nivel relational. [...] Nu

ne este rusine pur si simplu, nu ne nastem cu rusine, ci ne este transmis (intr-o relatie semnificativa) sentimentul de vinovatie, de teama, de jena, in asa fel incat sa construim in noi rana de rusine. [...]"

Daniela Nicoleta Dumitrescu

„Rusinea este stapana secretului! Secretul nu este doar ceva ce nu se spune, nici nu se refera la spatiul psihic privat pe care Sufiya il pastreaza pentru sine, nici nu are legatura cu atatea lucruri nespuse pentru ca, nu-i asa?, niciodata nu putem si nici nu este nevoie sa spunem totul... Secretul se refera la ceva ce trebuie sa ramana ascuns pentru a proteja pe cineva, pentru a nu aduce atingere imaginii cuiva, pentru a nu genera vreo amenintare la adresa cuiva. Dar, mai presus de toate, secretul cheama pumnul in gura, pentru a nu aduce rusinea pe capul cuiva important, drag, cineva din familie, mai ales.”

Lavinia Barlogeanu

„Nu se poate scrie sau studia despre rusine fara a te simti intrucatva rusinat. Este un afect care tulbura straturile noastre cele mai primitive, uitate, refulate, ascunse, secrete, obscurizate, deoarece se refera la cea mai intima experienta umana, profund subiectiva, intima, la propria vulnerabilitate si la inevitabila dependenta, la relatiile cu propriul corp, cu propria lume relationala, la contextul familial si social in care am crescut, ne-am civilizat.”

Daniela Luca

„A ma arata, a fi deschis catre un altul, a ma afirma imi este uneori interzis. Rusinea imi dicteaza sa ma micsorez in ochii mei si ai oamenilor, sa ma ascund in spatele minciunii, sa imi restrang corpul si respiratia, sa le fac invizibile, sa ma pregatesc pentru o fuga eliberatoare, sa imi fie rusine pentru ca imi este rusine, iar asta s-ar putea observa, in afara, prea mult. Rusinea ma descalifica, imi cere sa imi ascund privirea, le porunceste pleoapelor sa il blureze pe cel din fata mea, sa imi las corpul in fata lui, iar spiritul meu sa fuga, sa se disocieze de lumea prezenta si sa se retraga in locuri in care nu poate fi atins.”

Corneliu Irimia

CUPRINS

PROLOG (Gabriela Deniz)	7
Rusine si neuropsihologie	10
In rezumat	19
1. UN EU-PIELE CE SE DESIRA LA NESFARSIT SAU DESPRE RUSINE IN RELATIA PSIHANALITICA	
(Daniela Luca)	25
Partea I. Travalul analistului in timpul Pandemiei: angoasa, vinovatie, rusine	29
Partea a II-a. Reflectii psihanalitice supra rusinii. Originea si vicisitudinile acesteia	36
Partea a III-a. Rusinea in relatia psihanalitica	43
Partea a IV-a. Adaptari psihice si aparari in fata rusinii	51
Epilog	55
2. TRANSA INDUSA DE RUSINE (Corneliu Irimia)	59

Rusinea fata de ceea ce simtim si gandim	60	
Mi-e rusine, deci nu exist	71	
Sexualitate si rusine	73	
Vindecarea rusinii de a fi. Un nou-nascut se intalneste pentru intaia oara cu mama care nu il doreste		76
Vindecarea rusinii de a fi abandonata	82	

3. SECRETE ALE ALTORA, SECRETE ALE MELE...

O REVERIE PSIHANALITICA DESPRE RUSINE (PREZENTARE DE CAZ) (Lavinia Barlogeanu) 93

Ancore teoretice si fundamente culturale ale unei psihanalize postmoderne	93	
Incercare de reconstructie a unei reverii psihanalitice despre rusine	100	
Invarianti ai rusinii	106	
Despre transmisiunea transgenerationala a secretului si a rusinii	110	
Rusinea: trauma si disociere	112	
Rusinea transgenerationala – aspecte arhetipale si mitologice	126	
Reflectii terapeutice	130	
Cateva reflectii finale	139	

4. RUSINEA IN VIATA DE ZI CU ZI (Carmen Beyer) 145

Rusinea naturala	145
Rusinea cronica	149

5. BOALA, DOLIUL ?I RU?INEA ÎN RELA?II (Erik Hygum) 165

Fundamentul abordarii terapeutice	166
Doliu si rusine	170
Vindecare si rusine	176
Principiile muncii terapeutice	183
Reflectii finale	187
Referinte bibliografice	188

6. „SCUZATI-MA... PENTRU CA EXIST!”

O ABORDARE TERAPEUTICA DIN PERSPECTIVA ESPERE® (Daniela Dumitrescu) 193

Metoda ESPERE® in cabinet. Cazul Anei	198
Poveste pentru initierea unui demers simbolic	234
Bibliografie selectiva	236

Reviews

Nu exista comentarii pentru acest produs.