

Bolujete li od "emocionalnog smeća"?

Zašto su neki odnosi puni ljubavi i pružaju ispunjenje, a drugi ne? Kako možete znati kada je vaša veza uspješna? Postavlja se i najvažnije pitanje: kada možete reći je li vaš život prožet skrivenom bolešću emocionalnog smeća?

Neprimijećena pošast razara milijune ljudskih odnosa. A još se i širi. Tu pošast nazivamo emocionalnim smećem. To je psihološka i emocionalna bolest koja izaziva katastrofu u svim našim odnosima, od najosobnijih do najjavnijih. Ona djeluje bez našeg znanja ili pristanka, a njezini otrovni učinci šire se do neslućenih razmjera.

Pogledajte oko sebe njezine žrtve:

- izgledi bračnog para manji su od jedan naprama tri da će im brak doživjeti četrdesetu godišnjicu. Jedan naprama tri
- pola zahtjeva za razvod podneseno je u prvih sedam godina braka. Više od 60 posto parova priznaje da ima ozbiljnih poteškoća u emocionalnom i seksualnom zadovoljenju
- kod odraslih osjetno raste postotak depresije, nesanice, pretilosti i visokog krvnog tlaka. Stres zbog pritisaka na poslu stvara novu, opasnu razinu zdravstvenih, obiteljskih i roditeljskih problema

Vijesti nisu dobre. Od spavaće sobe do učionice, sve se više ljudi žali na poteškoće u svojim vezama. Teže je započeti vezu, a zadržati je još je puno tegobnije. Da, postoje otoci zdravog razuma i mnogi ljudi kažu da su zadovoljni. No, zašto su neki odnosi puni ljubavi i pružaju ispunjenje, a drugi ne? Kako možete znati kada je vaša veza uspješna? Ovdje je najvažnije pitanje: kada možete reći je li vaš život prožet skrivenom bolešću emocionalnog smeća? Ova će knjiga odlučno odgovoriti na to pitanje.

Dr. Carl Alaskovec više od dvadeset godina radi kao psihoterapeut specijaliziran za parove i obitelji. Kao dio svojeg doktorata iz kliničke psihologije, godinu je dana pohađao Instituto di Terapia Familiare u Rimu, u Italiji, pod vodstvom Maurizija Andolfija. Živio je u Rimu deset godina u 70-im godina prošloga stoljeća. Dvije se godine obučavao kod Pije Mellody, učeći pristup i postupke tretiranja zlostavljanja u djetinjstvu. Posljednjih dvanaest godina dr. Alasko piše tjednu savjetodavnu kolumnu „On Relationships”, u Monterey County Herald. Kolumna se bavi problemima svih

veza - od hodanja, dobivanja djeteta do problema s ostarjelim roditeljima. Ima privatnu praksu na području Montereya, gdje živi sa suprugom i sinom. Ima i tri kćeri.