

PAREJA EN POSITIVO

Diana Jiménez

SINOPSIS

Cuando llegan los hijos, el amor de pareja se pone a prueba como nunca antes. De repente, donde antes había calma, aparece el cansancio. Donde había tiempo, hay listas infinitas de tareas. Y donde había dos, ahora hay un pequeño ejército de demandas, mocos, pañales y horarios imposibles. Poco a poco, sin darnos cuenta, la relación se convierte en un tablero de logística más que en un espacio de encuentro. Nos decimos «Ya hablaremos», «Cuando los niños crezcan», «Ahora no puedo», y el vínculo se va apagando. Sin embargo, el amor sigue ahí. Solo que necesita nuevas formas, nuevas rutinas, nuevas miradas. Porque mantener viva la pareja en la crianza no se trata de volver a ser los de antes, sino de aprender a quererse de otra manera, más madura, más consciente y más real. Este libro le ayudará a reencontrarse con su pareja, a recuperar la complicidad y a construir juntos un amor que crece con los hijos. Además, con él aprenderá a: Cuidar la relación de pareja sin sentir culpa, integrando la crianza y el amor como parte del mismo proyecto. Entender las diferencias entre la pareja, desde la empatía y la neurociencia, para que dejen de ser fuente de conflicto. Repartir la carga mental y emocional, creando un equipo donde ambos se sientan vistos, valorados y acompañados. Recuperar la conexión emocional y física, incluso en medio del cansancio y del caos diario. Transformar las discusiones en oportunidades de crecimiento, aprendiendo a comunicarse con respeto y calma. Diana Jiménez es psicóloga, psicoterapeuta y neuropsicóloga educativa. Experta en crianza respetuosa y relaciones de pareja, acompaña a familias y profesionales desde una mirada adleriana y de disciplina positiva. Se formó en la Universidad Complutense de Madrid y es parte de la primera promoción de Adlerian Counselors en España....



Editorial SENTIR (MARCOMBO)

Materia PEDAGOGIA-
EDUCACION

Colección SENTIR

EAN 9788426741394

Status Disponible

Páginas 192

Tamaño 210x150x0 mm.

Peso 280

Precio (Imp. inc.) 17,90€

Fecha de
lanzamiento 20/02/2026

Títulos relacionados

TRAUMATERAPEUTAS
EN LA CAJA DE
ARENA
GONZALO MARRODAN /
RED APEGAPLANTANIMALS
BERMEJO BOIXAREU,
MERCEDES / PABON,
ANDRDONDE HABITAN
LAS PALABRAS
Luis Fernando López
MartínezAVENTURA EN
LOS ANDES
Eduardo Strauch