



**La manutenzione dell'amore**, di Umberta Telfener. Ed. Castelvecchi, 2015, coll. *BENESSERE Psiche Relazioni Telfener, U*  
In una società in continua trasformazione, dove i ruoli tendono a mutare velocemente, l'amore è un sentimento che rischia di essere considerato sempre uguale. In realtà è una dimensione complessa dell'animo umano, difficile da decifrare. Per questo, diventa necessaria la "manutenzione" costante della propria vita sentimentale, che non significa essere sempre all'altezza delle sfide che ci troviamo davanti, ma essere in grado di conservare e proteggere il nostro amore



**La scienza delle coppie che durano: resistere alla prova degli anni**  
Di Alain Braconnier, Ed. Feltrinelli, 2017  
Coll. *BENESSERE Psiche Relazioni Bartens, W*  
Quasi tutti sognano di avere una relazione che regge nel tempo, tanti ci provano, molti falliscono. Perché alcuni ci riescono e altri no? Quali sono i segreti dei rapporti decennali?. In questo libro Bartens presenta ciò che le più recenti scoperte in psicologia, medicina e ricerca comportamentale hanno fatto emergere sulle relazioni di coppia e su ciò che aiuta a garantirne la tenuta nel tempo. Dopo la sua lettura, l'ambita conclusione "e vissero tutti felici e contenti" sarà un po' più vicina, anche per voi.



**Anatomia della coppia: i sette principi dell'amore**, di Erica Francesca Poli Ed. Anima, 2015  
Coll. *BENESSERE Psiche Relazioni Poli, E*  
Quando siamo in coppia, ci interroghiamo su una esperienza di coppia finita o creiamo una nuova coppia, assai di frequente dimentichiamo che la coppia è un terzo rispetto ai due che la compongono. Ha le sue regole, le sue fasi, i suoi bisogni, la sua coscienza. Cosa significa esattamente unione? Un viaggio verso l'amore incondizionato e la vera felicità interiore, che prende le mosse dalle più recenti scoperte delle neuroscienze



biblioteca multimediale  
Arturo Loria



## Le coordinate dell'amore

proposte di lettura dalla Biblioteca Loria



**D'amore ci si ammala, d'amore si guarisce: poni le giuste basi per avere una vita affettiva appagante** di Ana Maria Sepe, Anna De Simone, Ed. Rizzoli 2023  
coll. *SALUTE Psiche Guide Sepe, A*  
Spesso i rapporti di coppia, anche quelli nati con folgorante passione e farfalle allo stomaco, si logorano e ti mettono in crisi. Perché d'amore ti puoi ammalare, ma la buona notizia è che puoi anche guarire. Qual è il segreto? Non è necessario "dare la colpa" al partner per ciò che non funziona: basta solo guardare dentro di te, cercando le antiche ferite ....



**La verità è che non gli piaci abbastanza**, di Greg Behrendt, Liz Tuccillo, Ed. TEA 2023  
coll. *BENESSERE Donna Relazioni Behrendt, G*  
Se un uomo ti vuole, te lo fa capire. Se non ti vuole invece, cerca di svignarsela, si nasconde dietro mille scuse e magari è capace addirittura di dare la colpa a te! Questo libro ti insegnerà a riconoscere le giustificazioni vere da quelle false e ti aiuterà a non perdere altro tempo con inutili illusioni.

PRESTITO GRATUITO. SULL'ARGOMENTO SONO DISPONIBILI ALTRI LIBRI E FILM

Info: Biblioteca Multimediale Arturo Loria  
via Rodolfo Pio, 1 - Carpi  
tel. 059.649 950  
www.bibliotecaloria.it

Info: Biblioteca Falco Magico  
Piazza Martiri, 59 - Carpi  
Tel. 059.649 961  
www.castellodeiragazzi.it

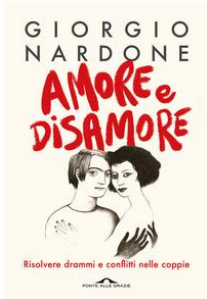


### **Quando l'amore ferisce: tra narcisismo e dipendenza affettiva.**

**Percorsi di aiuto e auto-aiuto** di Patrizia Pietropaolo, Ed. Aldenia 2022

*collocazione: **BENESSERE Psiche Guide Pietropaolo P.***

I rapporti di coppia possono essere problematici soprattutto quando si ha una relazione con una persona sofferente di un disturbo narcisistico di personalità. Come uscirne e recuperare la propria vita? Quello che è veramente importante è il lavoro su sé stessi: non cambiare l'altro ma cambiare noi; liberarci dalla dipendenza affettiva, per tornare a essere persone serene e realizzate.

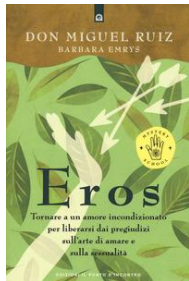


### **Amore e disamore: risolvere drammi e conflitti nelle coppie,**

di Giorgio Nardone Ed. Ponte alle Grazie, 2022

*coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Nardone, G***

Cosa sarebbe la vita senza amore? Non siamo per fortuna in grado di dare una risposta perché l'amore prima o poi compare e si incarna, di solito, nella vita di coppia. In questo libro si racconta di tante coppie che, perduto il loro equilibrio, lo hanno ritrovato grazie all'aiuto di una terapia psicologica mirata a ricostruire l'armonia perduta o, se l'amore era ormai esaurito, a separarsi con dignità.



### **Eros: ritorno all'amore incondizionato,**

di Don M. Ruiz, Barbara Emrys, Ed. Il punto d'incontro, 2021 *coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Ruiz, D***

Crediamo di sapere come amare. Lo sappiamo davvero? Don Miguel Ruiz esamina il conflitto tra la verità dell'amore e tutte le bugie che siamo stati addestrati a ritenere vere. L'energia erotica è la forza creatrice della vita, ma la soffochiamo con storie che ci raccontiamo e che confondono sesso e amore.



### **E questo sarebbe amore ?**

di Bärbel Wardetzki, Ed. Feltrinelli, 2021

*coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Wardetzki, B, J***

Il mondo del bambino è pieno di magia, spensieratezza, ingenuità, ma anche di fragilità, paure, e sensi di colpa, oltre all'estrema ricettività a ciò che attiene la sfera degli adulti. Bambini e adulti fanno parte di due mondi che interferiscono tra di loro. Ognuno porta all'altro ciò che è, per raggiungere un equilibrio da trovare nel rispetto reciproco.



### **Crepacuore: storia di una dipendenza affettiva**

di Selvaggia Lucarelli Ed. Rizzoli, 2021 *coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Lucarelli, S***

"Quando non eravamo insieme sentivo uno strano disordine emotivo, una specie di febbre, di sete che dovevo placare. Vivevo le mie giornate senza di lui come un intervallo, una pausa dell'esistenza."

Selvaggia Lucarelli descrive gli esordi di una relazione durata ben quattro anni in cui nulla, nella sua vita, ha avuto scampo: dal lavoro agli amici, l'ossessione per una storia che non aveva alcuna possibilità di funzionare...



### **L'Enneagramma biologico® della sessualità: le 9 personalità**

**dell'enneagramma nella relazione sessuale,**

di Manuele Baciarelli Ed. Dudit, 2017 *coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Baciarelli, M***

Studio comparato tra personalità e vita sessuale nella coppia con l'enneagramma biologico, le leggi del dottor Hamer e il disegno unificato di tutto di Maurizio Forza.



### **La principessa che voleva amare Narciso: come uscire insieme**

**dai labirinti del cuore,**

di Maria Chiara Gritti Ed. Sonzogno, 2021 *Coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Gritti M.***

Una mattina d'estate, in un antico e bellissimo regno nasce la generosa principessa Febe, colei che dona luce. Quando incontra Flavio, il principe Narciso, se ne innamora al primo sguardo e crede di aver finalmente trovato la persona giusta. Attraverso questa suggestiva favola metaforica, la psicoterapeuta Gritti svela con sensibilità i meccanismi e le cause profonde della dipendenza affettiva e del narcisismo patologico, tracciando un percorso liberatorio verso la conoscenza di sé



### **Le parole per salvare l'amore: tutto dipende da quello che dici (e non dici)**

di Alessio Roberti, Mondadori, 2015

*coll. **BENESSERE Psiche Relazioni Roberti A.***

Come comunicano le coppie che funzionano?. Le parole rappresentano il nutrimento di ogni relazione duratura. Sono così determinanti che possono far nascere e mantenere vivo un rapporto e, in caso di bisogno, aiutarlo a uscire da un momento di crisi. Perciò, per avere una relazione migliore, serena e gratificante, dobbiamo porre la giusta attenzione a quello che diciamo e a come lo diciamo.