

KATHERINE WOODWARD THOMAS

SEPARACIÓN CONSCIENTE

(Conscious Uncoupling)



Un programa en cinco pasos para vivir felices
cuando la historia llega a su fin

URANO

SEPARACIÓN CONSCIENTE

El movimiento que está revolucionando la sociedad norteamericana acaba de llegar a nuestro país: la separación consciente.

Desde que Gwyneth Paltrow declaró que había decidido separarse de su marido «desde la consciencia», el interés por este concepto ha crecido como la espuma en todo el mundo.

La separación consciente (conscious uncoupling) supone que los dos miembros de la pareja toman la decisión de llevar a cabo un trabajo personal y conjunto para minimizar los daños que la ruptura pueda provocar: a sí mismos, a sus hijos y al otro. El resultado es diametralmente opuesto a la experiencia a menudo conflictiva y dolorosa del divorcio. Al final del proceso de una separación consciente, los dos miembros de la pareja experimentan sentimientos positivos, porque son capaces de valorar y agradecer todo aquello que han compartido.

Autor: Katherine Woodward Thomas

Ediciones Urano