

Tags: Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier e-bok apple; Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier las online bok; Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier MOBI download; Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier bok pdf svenska; Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier epub books download; Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier ladda ner pdf e-bok

Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier PDF E-BOK

Ilse Sand



Författare: Ilse Sand
ISBN-10: 9789173873918
Språk: Svenska
Filstorlek: 3008 KB

BESKRIVNING

Som liten lärde sig Inger att orka med sin mammas ständiga förtvivlan genom att istället försöka börja prata med henne om något annat. I dag undrar hon varför hennes egna barn aldrig kommer med sina problem till henne. Charlotte förälskade sig ständigt i män hon upplevde att hon skulle kunna hjälpa. Men ju mer hon ville ge, desto mer drog de sig undan, för att slutligen avsluta relationen. Hon såg inte att ensamheten hon upplevde egentligen var hennes egen. Inger och Charlotte är exempel på hur gamla försvarsstrategier kan stå i vår väg. Det är handlingsmönster vi utvecklat för att undvika sorger och annat obehag. De hade ofta sin uppgift att fylla när de en gång etablerades, men i vuxen ålder kan de istället skymma sikten och hindra oss i våra relationer. Psykoterapeut Ilse Sand visar hur man kan bli mer medveten om sina egna strategier - och hur man kan bli fri från dem. ILSE SAND är psykoterapeut, teologie kandidat och en efterfrågad föreläsare i sitt hemland Danmark. Hon har tidigare gett ut *Älska dig själv*, en bok om sensitiv begåvning samt *Hitta nya vägar i känslornas labyrint*. "Jag hoppas att den här boken ska göra att du som läsare får lust att kika på dina egna försvarsstrategier och fundera på om ditt liv kan bli rikare om du väljer att avveckla en eller flera av dem, så att du kommer närmare dig själv, livet och andra människor - och i högre grad kan få uppleva och njuta av tillvaron." - ur boken

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**Kom närmare - 9789173873390 - Libris förlag**

Ibland lägger vi krokben för oss själva. Som det barn som lär sig att hålla tillbaka sig självt och intressera sig för andra för att få uppmärksamhet och ...

Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier - Ilse Sand ...

Kom närmare om kärlek, relationer och försvarsstrategier Ilse Sand 2014, Kartonnage

Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier / E-bok

Köp Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier. Som liten lärde sig Inger att orka med sin mammas ständiga förtvivlan genom att istället ...

Kom närmare - om kärlek, relationer och försvarsstrategier

LÄS MER