

Skammen är inte din PDF E-BOK

Aase Berg



Författare: Aase Berg
ISBN-10: 9789188187451
Språk: Svenska
Filstorlek: 2331 KB

BESKRIVNING

Skammen är inte din, inte skulden heller. Denna bok är en resa via dikt och prosa om att bli hel som människa, en resa mot ett psykiskt tillfrisknande. Det innebär att du får följa med i upp- och nedgångarna och ta del av det allra smärtsammaste men även det allra finaste. Det är så viktigt att försöka få bort skammen kring psykisk ohälsa och hjälpa människor att känna sig mindre ensamma, för vi är inte ensamma. Det börjar nog mycket med att vi vågar prata om våra egna erfarenheter, som andra kan känna igen sig i. Ett annat utbrett problem är våld mot kvinnor, däribland sexuella övergrepp. Även där finns en enorm skam och skuld bland de utsatta, inte sällan från samhället men även från den utsatta själv. Vi lär oss från barnsben hur vi ska göra för att undvika att bli våldtagna, att bli ofredade. Men skulden ligger aldrig hos oss. Nu vill jag göra allt i min makt för att hjälpa, och jag börjar genom att klä av mig skyddskläderna och berättar om mitt mörker. Om de allra djupaste och råaste känslorna, tankarna och reaktionerna efter trauma. Skammen är inte vår, inte skulden heller.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

"Det är dags att vi pratar om våldet och skammen" - Nyheter24

Skammen är inte din has 4 ratings and 2 reviews. Maria said: Hjärtskärande hemsk, men åh så vacker - och viktig! Anicias bagage, mörker och demoner ...

Maria Wälsäter on Instagram: "Recension: "Skammen är inte din" av ...

Detta är något du kanske kan skydda dig bättre från genom att använda dig av din ilska - inte ska dessa ...
Det du skriver är så viktigt. Skam som sådan ...

Synonymer till stå där med skammen - Synonymer.se

Din kärlekshistoria med pappa blev inte särskilt långvarig. Det blev väl runt 4 år, ... Tro, hopp och kärlek - men störst av dem är skammen!

LÄS MER