

Tags: Självkänsla på djupet epub books download; Självkänsla på djupet bok pdf svenska; Självkänsla på djupet e-bok apple; Självkänsla på djupet las online bok; Självkänsla på djupet ladda ner pdf e-bok; Självkänsla på djupet MOBI download

Självkänsla på djupet PDF E-BOK

Marta Cullberg Weston



Författare: Marta Cullberg Weston

ISBN-10: 9789170362699

Språk: Svenska

Filstorlek: 1099 KB

BESKRIVNING

I sitt arbete som terapeut har Marta Cullberg Weston stött på många personer som går omkring och tror att de inte duger den här boken handlar om hur man kan befria en person från en negativ självkänsla. Under den vuxna ytan hos de flesta av oss finns olika sorters inre barn. Det kan röra sig om ett inre barn som inte blivit sett och som därför inte tror att det är möjligt att älska. Andra bär kanske på ett skamfyllt inre barn eller på ett inre barn som känner sig underlägset och otillräckligt. Det medför att man är sårbar för speciella situationer och reaktioner från andra människor man kan reagera oproportionerligt starkt på vissa saker, man riskerar att bränna ut sig i sina försök att duga, man betar sig irrationellt. Man måste gå tillbaka till sitt inre barn och dess föreställningsvärld för att kunna förstå hur dessa falska självbilder uppstod och för att kunna befria sig från dem. Då kan dessa självfällor upphöra att styra ens liv. Man kan reparera sin självkänsla!

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Cullberg weston marta - självkänsla på djupet - Ginza.se

Med Rivstarts tydliga struktur och varierade övningar lär sig dina elever svenska snabbare. Passar för Sfi studieväg 3/ Nybörjare med studievana/ Svenska som ...

Självkänsla på djupet : e... | Marta Cullberg Weston | 41 SEK

Negativ självkänsla spelar en avgörande roll i våra liv, det visade Marta Cullberg Weston redan i sin förra bok Ditt inre centrum (2005).

Självkänsla på djupet - paneter.se

I sitt arbete som terapeut har Marta Cullberg Weston stött på många personer som går omkring och tror att de inte duger - den här boken handlar om hur man

SJÄLVKÄNSLA PÅ DJUPET

LÄS MER