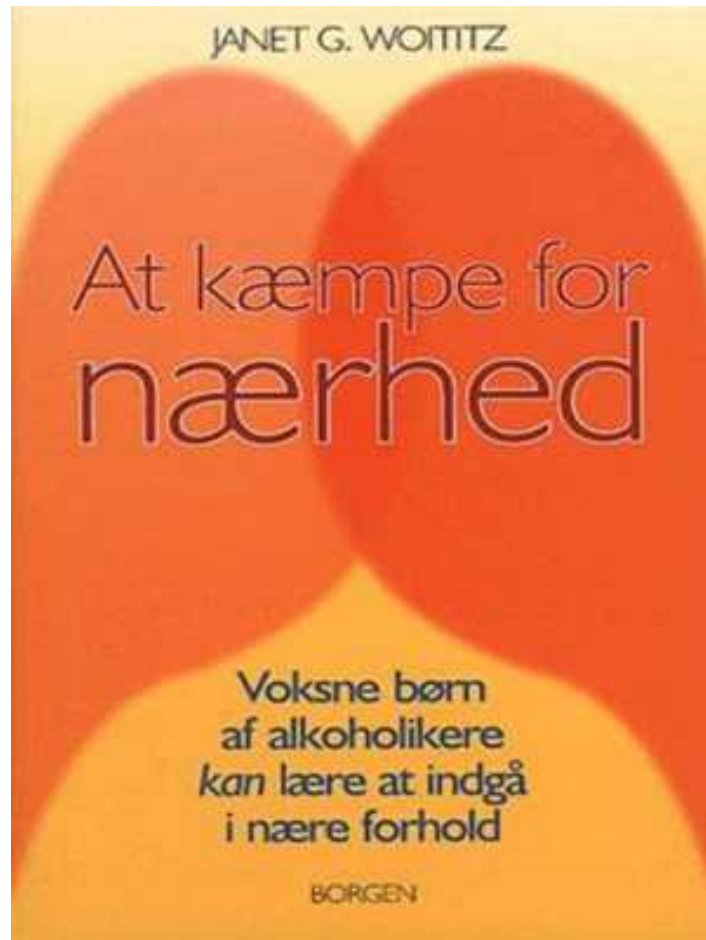


## At kæmpe for nærhed PDF

**Janet G. Woititz**



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



Forfatter: Janet G. Woititz

ISBN-10: 9788721013608

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2698 KB

## BESKRIVELSE

Hvis man er vokset op i et hjem med en far eller mor der var alkoholiker, kan det være vanskeligt at etablere et godt og nært forhold til en partner senere i livet. Medmindre man har bearbejdet de følelsesmæssige problemer fra barndommen, vil de stadig følge én og være styrende for de mønstre man udvikler i sine voksne parforhold. Voksne børn af alkoholikere mangler også en model for hvad et godt kærlighedsforhold er. Da forældrenes forhold var kaotisk og konfliktfyldt, må man selv finde ud af hvad et sundt forhold indebærer. Dette skaber usikkerhed og ofte forvrængede forestillinger der ikke har hold i virkeligheden - som for eksempel at man skal være perfekt for at fortjene at blive elsket, eller at parterne aldrig vil skændes eller kritisere hinanden. Janet Geringer Woititz viser hvordan de ofte ubevidste følelser og reaktionsmønstre der er typiske for et voksent barn af en alkoholiker, er opstået - følelser som sårbarhed, vrede, skyldfølelse og lavt selvværd. Ved at blive bevidst om disse følelser vil man bedre være i stand til at håndtere dem i hverdagen. Forfatteren fortæller også om hvad man kan forvente i et forhold og hvad der er rimeligt, således at man kan opbygge mere konstruktive og realistiske forestillinger og reaktioner. Bogen henvender sig også til dem lever sammen med et voksent barn af en alkoholiker. Den forklarer hvorfor deres partner ofte reagerer anderledes end man forventer. Desuden vil bogen være til glæde for personer fra andre typer dysfunktionelle familier, da de ofte kæmper med de samme destruktive mønstre som det voksne barn af en alkoholiker. Janet Geringer Woititz underviser over hele verden om det at være barn af en alkoholiker, og har skrevet en række bøger om emnet. På dansk er tidligere udkommet VOKSNE BØRN AF ALKOHOLIKERE.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Hvis man er vokset op i et hjem med en far eller mor der var alkoholiker, kan det være vanskeligt at etablere et godt og nært forhold til en partner senere i livet.

Om baggrunden for voksne børn af alkoholikeres problemer med parforhold og nærhed, med hjælp til at blive bevidst om sine følelser og opbygge mere realistiske ...

Find de bedste bogpriser og alle anmeldelser af At kæmpe for nærhed af Janet G. Woititz

## AT KÆMPE FOR NÆRHED

[Læs mere ...](#)