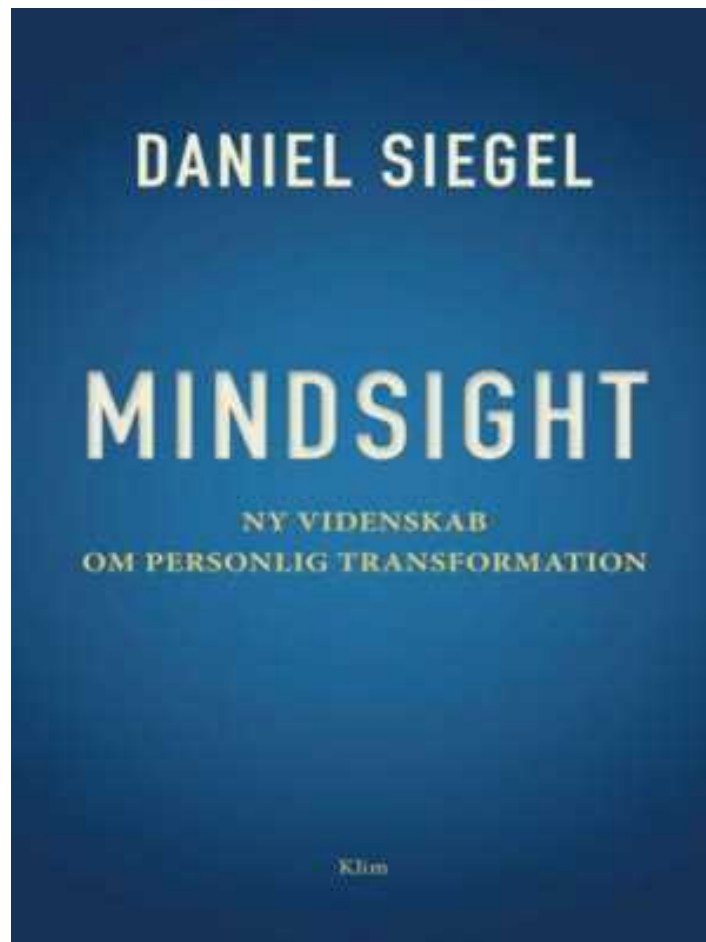


Mindsight PDF

Daniel Siegel



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



Forfatter: Daniel Siegel
ISBN-10: 9788771293814
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3541 KB

BESKRIVELSE

Daniel Siegel udviklede for år tilbage termen ‘mindsight’ for at kunne beskrive det innovative samspil mellem neurologi og psykoterapi. Angst og depression, skamfølelse og manglende selvværd, OCD og traumatiske erindringer – de fleste af os har en mental ‘fælde’, der forårsager tilbagevendende konflikter i vores liv og vore forhold, Daniel Siegel trækker på den nyeste forskning, interaktive eksempler og case stories fra sin praksis som kliniker og viser os, hvordan vi kan praktisere mindsight og undgå at falde i disse fælder. Daniel Siegel fortæller med varme og humor, hvorledes det at observere, hvordan vores sind arbejder, gør det muligt for os at forstå, hvorfor vi tænker, føler og agerer sådan, som vi gør, og viser os, hvordan vi i bogstavelig forstand kan ændre vores hjernebaner. Mindsight dokumenterer, at vi alle – på alle livsstadier – har mulighed for at transformere vores tænkning, velbefindende og forhold til andre.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

We don't do games. Mindsight creates augmented reality as visualization tools for business. Our team of skilled graphic designers, animators, app developers ...

A groundbreaking book on the healing power of "mindsight," the potent skill that is the basis for both emotional and social intelligence. Mindsight allows you to make ...

Mindsight has 5,910 ratings and 356 reviews. Stephanie *Very Stable Genius* said: The problem with books of this nature are unfortunately named. This i...

MINDSIGHT

[Læs mere ...](#)