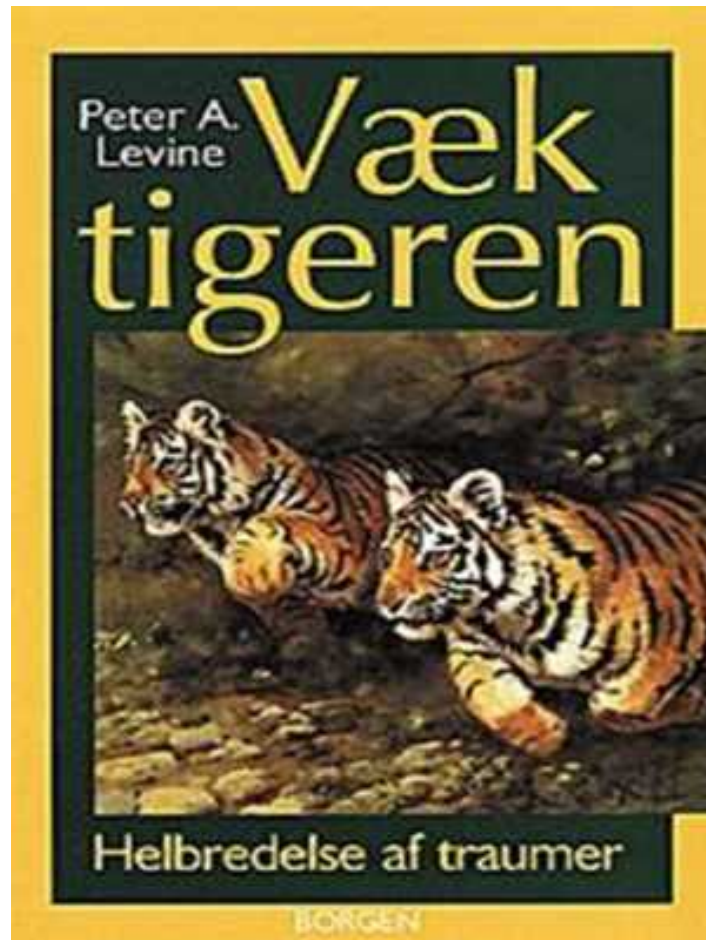


Væk tigreren PDF

Peter A. Levine



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Peter A. Levine
ISBN-10: 9788721008604
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3853 KB

BESKRIVELSE

Væk TIGEREN præsenterer en ny indfaldsvinkel til forståelsen af traumer og giver et spændende syn på sammenhængen mellem følelser og erindring. Peter Levine ser mennesket som naturvæsen, begavet med en instinktiv evne til at helbrede sig selv og med et intellektuelt sind, som kan udnytte denne iboende evne. Han rejser spørgsmålet om hvorfor dyr, der lever frit i naturen, til trods for at de jævnligt føler sig truet, sjældent bliver traumatiseret – og mener at svaret på menneskers traumer findes i en forståelse af de kræfter, som gør dyr uimodtagelige over for traumer. Et traume opstår ofte af en tilsyneladende dagligdags hændelse. Vi oplever alle traumer, men der er stor forskel på, hvordan vi lever videre med oplevelsen. I Væk TIGEREN normaliseres traumet og dets symptomer og den proces, som er nødvendig for at helbrede det. Levine giver et indblik i de subtile, men kraftfulde impulser, som styrer vores reaktioner på følelsesmæssigt overvældende hændelser, og han formidler ny forståelse af traumer, som kan bruges af alle, hvad enten det drejer sig om tandlægebesøg eller tab efter ulykker. Bogen indeholder en række øvelser og brugbare forslag til arbejdet med egne traumer og til krisehjælp. Peter Levine har forsket i og arbejdet med stress og traumer i 25 år, dels som konsulent for NASA, dels på hospitaler og smerteklinikker. Han besøger jævnligt Danmark, hvor han holder foredrag og kurser.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Væk Tigeren bog: - Helbredelse af traumer - Den naturlige evne til at forvandle overvældende oplevelser
Væk Tigeren præsenterer en ny indfaldsvink...

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Væk tigeren og en masse andre bøger til en god pris.

- Helbredelse af traumer - Den naturlige evne til at forvandle overvældende oplevelser "Væk Tigeren" præsenterer en ny indfaldsvinkel til forståelsen af ...

VÆK TIGEREN

[Læs mere ...](#)