

## Når skyggen tager over PDF

Debbie Ford



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



Forfatter: Debbie Ford  
ISBN-10: 9788721034689  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 1339 KB

## BESKRIVELSE

Hvad er det, der får ellers velfungerende mennesker til pludseligt at skeje ud og gøre et eller andet dumt, som ødelægger deres gode navn og rygte? Vi ser gang på gang mere eller mindre kendte personer blive kølhalet gennem medierne, fordi de er kommet galt af sted – og det er blevet en folkelig sport at følge de triste historier i mindste detalje. På trods af gode intentioner sker det igen og igen, at vi handler selvdestruktivt og gør os selv til vores egen værste fjende. Debbie Ford beskæftiger sig med vores skyggesider – de skjulte, mørke kræfter. Hun understreger vigtigheden af, at vi ikke forsøger at undertrykke eller gemme dem af vejen, da de derved kan komme ud af kontrol og pludselig overmande os med uoverskuelige konsekvenser til følge. I første del, Den endeløse kamp, beskriver Debbie Ford de forskellige måder, hvorpå de undertrykte følelser viser sig, under overskrifter som f.eks. Badeboldseffekten, Splittelsen, Skam dig og Frygtens nedfaldsprodukt. I anden del, Fredstraktaten, afdækker hun de mørke kræfters masker i forskellige psykologiske typer og følelsesmæssige tilstande og giver konstruktive værktøjer til at kunne acceptere og håndtere skyggesiderne, så vi kan blive vores egen bedste ven. Debbie Ford er kendt verden over for sit skyggearbejde, som hun formidler gennem workshops og bestselleren ”Kast lys over skyggen” samt ”Når kærligheden os skiller” og ”Din historie – din styrke”.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

"Når skyggen tager over" [1. udgave, 7. oplag] af Debbie Ford - Hæftet (Bog med hæftet ryg). På dansk. Genre: Krop og Sind, Div.. Udgivet 23/02-2009. Vejer 311 g ...

Om selvdestruktiv adfærd. Forfatteren beskæftiger sig med vores skyggesider - de skjulte, mørke kræfter som kan komme ud af kontrol med uoverskuelige konsekvenser ...

Hvad er det, der får ellers velfungerende mennesker til pludseligt at skeje ud og gøre et eller andet dumt, som ødelægger deres gode navn og rygte? Vi ser gang ...

## NÅR SKYGGEN TAGER OVER

[Læs mere ...](#)