

Vil du vide det, du ved? PDF

Hanne Hostrup



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



Forfatter: Hanne Hostrup
ISBN-10: 9788741259918
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3553 KB

BESKRIVELSE

Vores viden om os selv stammer fra de mange erfaringer, vi hele tiden gør og har gjort i forskellige aldre. Mange af vores handlinger er automatiske. Mange erfaringer er imidlertid ikke knyttet til ord og tanker, men er lejet i kroppen som en parathed til at handle automatisk i bestemte situationer. De er kort sagt blevet til vaner. En del af vores viden bliver derfor først "synlig", mens vi handler, eller når vi har handlet - og ofte går det slet ikke op for os, at vi har reageret automatisk. Det gode ved at handle automatisk er, at vi kan agere spontant og hurtigt i situationer, der kræver øjeblikkelig respons. Det dårlige er, at automathandlingerne af og til ødelægger situationer og ikke mindst relationer for os. Bogens indhold Vil du vide det, du ved? indeholder beskrivelser af, hvordan vores basisviden om os selv bliver til, og de suppleres af eksempler, der gør det muligt for læseren at genkende sig selv og andre i dem. Forfatteren omtaler også, hvordan vi ved hjælp af fokuseret opmærksomhed kan opdage og undersøge vores automatik og dermed blive klogere på os selv. Bogens beskrivelser er baseret på en fænomenologisk, eksistentiel og gestaltpsykologisk erkendelsesteori. Om forfatteren Hanne Hostrup er uddannet psykolog fra Københavns Universitet 1978. Licentiatgrad 1983. Videreuddannelse som gestaltterapeut i USA. Hun har i over 25 år haft privat praksis, har uddannet og superviseret psykologer i gestaltterapi og er i dag overvejende supervisor, foredragsholder og forfatter. Hanne Hostrup har tidligere udgivet blandt andet Kæreste-billeder (1994), Gestaltterapi (1999) og Tæft, trit og retning (2004) på Hans Reitzels Forlag.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Køb 'Vil du vide det, du ved?' bog nu. Vores viden om os selv stammer fra de mange erfaringer, vi hele tiden gør og har gjort i forskellige aldre. Mange ...

Vil du vide det, du ved: kunsten at være opmærksom (Forfatter: Hanne Hostrup, Forlag: Hans Reitzel, Format: Hæftet, Type: Bog, ISBN: 9788741259918)

Jeg vil gerne vide din hemmelighed til altid at være så glad og positiv. Har du nogle fif du kan dele ud? ... at du regner med at blive ved med det?

VIL DU VIDE DET, DU VED?

[Læs mere ...](#)