

## Helbredelse af traumer PDF

**Peter A. Levine**



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



Forfatter: Peter A. Levine  
ISBN-10: 9788721027599  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 2580 KB

## BESKRIVELSE

Undersøgelser har vist, at personer, der overlever en ulykke, en katastrofe eller som har haft traumatiserende barndomsoplevelser, ofte er plaget af livslange symptomer såsom ængstelse, depression, uforklarlige smerter, træthed og belastende adfærd. Peter A. Levines metode, Somatisk Experiencing, har vundet stor udbredelse både her og ude i den store verden. Metoden blev præsenteret i bogen VÆK TIGEREN og udbygges her med en række øvelser i skrift og tale. Lær f.eks. hvordan man udvikler kropsbevidsthed, så man kan 'genforhandle' og helbrede traumer, lær om 'førstehjælpsmetoder' til krisesituationer, lær om naturens inspirerende lektioner, følelsernes psykologiske rødder med mere. Med indlagt CD på dansk. Peter A. Levine kommer jævnligt til Danmark og uddanner undervisere.

## HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Helbredelse Af Traumer bog: - En banebrydende metode til at gendanne kroppens visdom Undersøgelser har vist, at personer, der overlever en ulykke, en k...

Forfatter: Peter A. Levine, Titel: Helbredelse af traumer, Pris: 223,95 kr., Kategori: Bøger, Format: Hæftet

Helbredelse af traumer (bog) af forfatteren Peter A. Levine | Psykologi/psykisk sundhed | Undersøgelser har vist, at personer, der overlever en ulykke, en katastrofe ...

## HELBREDELSE AF TRAUMER

[Læs mere ...](#)