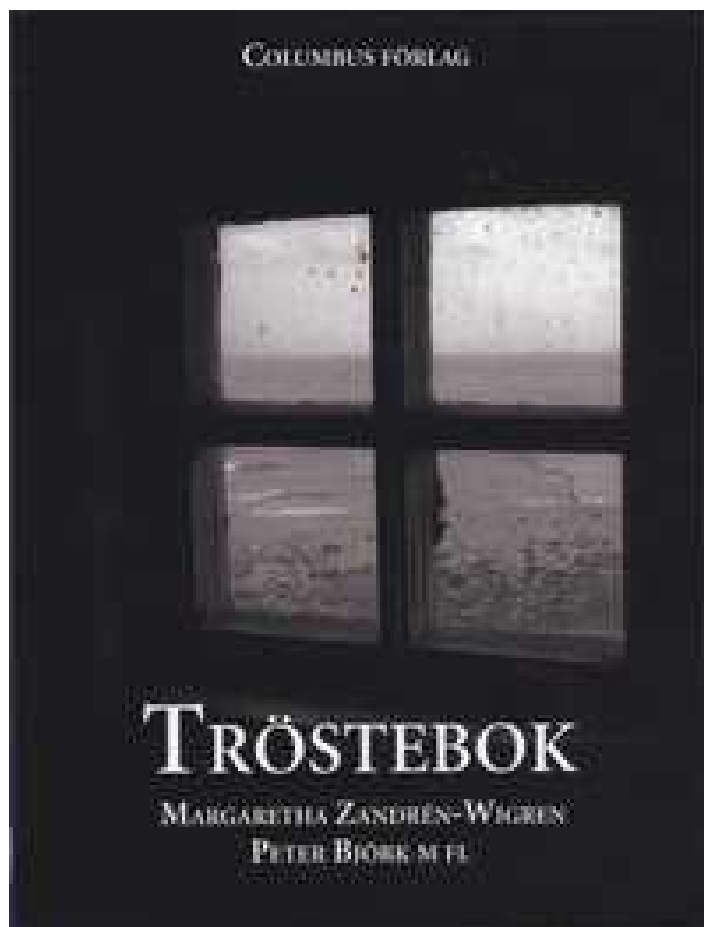


Tröstebok PDF E-BOK

Mari Skancke Bjerknes,Torunn Bjørk



Författare: Mari Skancke Bjerknes,Torunn Bjørk

ISBN-10: 9789185617111

Språk: Svenska

Filstorlek: 1720 KB

BESKRIVNING

För dig som är drabbad av självmord Detta är en bok om att finna tröst för sin egen sorg när en anhörig tagit sitt liv genom att läsa om andra människors möten med sorg och hur de beskriver sin smärta. Sorgett förlamande tillstånd som vi sällan har någon kunskap om eller erfarenhet av. Vi får ju redan som barn lära oss att inte vara ledsna. När sorgen drabbar oss så står vi där, handfallna, paralyserade, kanske chockade men framför allt ensamma. Sorgen har olika ansikten och alla människor som drabbas finner sitt eget sätt att ta sig igenom den och hitta tillbaka till livet. Trösteboken bygger på människors egna berättelser. Dels om vad de har drabbats av och dels vilka vägar de valt för att ta sig tillbaka till ett liv med livsglädje och stunder av lycka. Boken är en blandning av deras berättelser och betraktelser samt dikter och bilder som kan ge tröst och nya tankar. Dessutom finns bidrag av Lena Fagéus, präst och leg psykoterapeut och av Ann-Kristin Lundmark, leg psykolog och leg psykoterapeut samt av Ullakarin Nyberg, överläkare vid Affektivt centrum S:t Göran s sjukhus. Initiativtagare till denna bok är Margaretha Zandré Wigren och Peter Björk. Båda medverkar med texter i boken. Margaretha Zandré Wigren sökte efter lämpliga böcker, när hon själv blev drabbad. Hon hittade ingen som kunde ge henne den tröst och hjälp som hon önskade. Hennes intention har varit att försöka skapa en bok som kan vara en tröst för andra, i liknande situationer. Peter Björk arbetar som managementkonsult och med individuell coachning. Peter är övertygad om att alla människor bär på en inre, ofta omedveten kraft, som bland annat kan användas för att besegra tider av smärta och sorg. Vi inom SPES välkomnar den här boken som vi tror kan vara till tröst och hjälp för de som drabbas av sorg. Jag vill ge ett innerligt tack till alla er som bidragit med era personliga berättelser som gjort Trösteboken till en läsvärd och viktig bok för oss som är engagerade i stöd och prevention, att förebygga självmord, suicid. Jag vet att det är en stor tröst att få känna igen sig och veta att man inte är ensam i det stora kaoset som uppstår vid en sådan fruktansvärd förlust som när en nära anhörig, arbetskamrat, granne eller kompis tagit sitt liv. I den ofattbara stunden kan det kännas tryggt att ha denna bok i sin hand eller ge den i gåva till någon drabbad när man känner att orden inte räcker till. Gunilla Wahlén Ordförande SPES (Riksförbundet för SuicidPrevention och Efterlevandes Stöd)

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Kuddfodral 50x50 cm Lena Linderholm - butik.svenskdam.se

En överlevnadsguide och tröstebok. Det är en bok för dig som är deppad, nedstämd eller bara har tappat kontakten med livsglädjen. När livet känns insvept i ...

Jones Antikvariat med 30 000 antikvariska och begagnade böcker

Lena och Gösta har tillsammans skrivit och utformat den här boken eftersom de själva saknade en bok att hålla i handen när verkligheten trängde sig på under ...

Det kommer att gå över : en överlevnadsguide och tröstebok för dig som ...

Köp 'Tröstebok' bok nu. Plusmedlemskap är för dig som älskar njutning, avslappning och kvalitetstid

LÄS MER