

## Den mörka hemligheten PDF

Russ Harris



*Det här är bara ett utdrag ur Den mörka hemligheten bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Russ Harris  
ISBN-10: 9789127131699  
Språk: Svenska  
Filesize: 2698 KB

## BESKRIVNING

Den mörka hemligheten tar vid där Hemligheten slutade genom att behandla den anknytningstyp som utelämnades i första bokenden desorganiserade anknytningen. Boken vänder sig till alla som märker att det är något som inte stämmer när de försöker skapa, eller leva i, nära relationer. Men också till alla vars förflutna på andra sätt hindrar dem från att leva det liv de vill leva. Den desorganiserade anknytningen kan uppstå när vi utsätts för separationer eller kärlekslös behandling under uppväxten. Även sådana tidiga händelser som vi själva betraktar som bagateller, eller som vi glömt bort, kan ha inneburit ett trauma som utan att vi vet om det styr hur vårt vuxenliv gestaltar sig. Resultatet kan bli relationsproblem i vuxenlivet, oförklarlig fysisk smärta, sömnproblem, stora humörsvängningar och ibland också en drift att arbeta extremt hårt. Hemligheten bakom en lysande karriär är inte så sällan ett sargat känsloliv. Den mörka hemligheten visar hur vi kan lämna det förflutna bakom oss och skapa ett tryggare liv. Som biblioterapi kan du läsa Den mörka hemligheten av Dan Josefsson och Egil Linge. Boken förklarar på ett pedagogiskt sätt hur en otrygg barndom kan präglade våra beteendemönster och relationer som vuxna. Den erbjuder också olika effektiva verktyg för att bryta de gamla och överinlärda mönstren. Liria Ortiz, Dagens Nyheter Både Hemligheten och Den mörka hemligheten ger hopp och tröst och handfast hjälp till självhjälp för en positiv personlig utveckling i livet som vuxen. Inger Hammar, Gotlands Allehanda Nu kommer Den mörka hemligheten om när anknytningen störs av ett trauma och blir desorganiserad. Exempelvis humörsvängningar, oförklarlig smärta, sömn- och relationsproblem kan bero på detta. Och vi begriper vad han skriver! Thomas Böhm, M-magasinet

## **VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**

Pris: 236 kr. inbunden, 2011. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Den mörka hemligheten av Dan Josefsson, Egil Linge (ISBN 9789127131699) hos Adlibris. Fri frakt.

I dag har den sålts i över 75 000 ex och finns inte bara i Sverige utan även i Norge och Frankrike. Uppföljaren Den mörka hemligheten kom ut 2011 och blev ...

Den mörka hemligheten tar vid där Hemligheten slutade genom att behandla den anknytningstyp som utelämnades i första boken den desorganiserade anknytningen. Boken ...

## DEN MÖRKA HEMLIGHETEN

[Fortsätt läsa...](#)