

Keywords: Vid världens ände : en bok om psykisk ohälsa efter trauma PDF pdfbok på svenska, ladda ner Vid världens ände : en bok om psykisk ohälsa efter trauma ePUB, Vid världens ände : en bok om psykisk ohälsa efter trauma las online, Vid världens ände : en bok om psykisk ohälsa efter trauma download

Vid världens ände : en bok om psykisk ohälsa efter trauma PDF

Josefine Sidebäck

VID VÄRLDENS ÄNDE

EN BOK OM PSYKISK OHÄLSA EFTER ETT TRAUMA



JESSICA THÄSTRÖM

Det här är bara ett utdrag ur Vid världens ände : en bok om psykisk ohälsa efter trauma bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Josefine Sidebäck

ISBN-10: 9789163941559

Språk: Svenska

Filesize: 3599 KB

BESKRIVNING

Borderline personlighetsstörning, en rockstjärnamentalitet där känslor är uteslutande svarta eller vita. Får du mat på bordet, tak över huvudet och lever i en medelklass-familj, har du enligt samhället ingen rätt att gnälla över att du mår dåligt. Hjärnan har ingenting med psykisk ohälsa att göra, det är bara dina tankar. Posttraumatisk stress, en diagnos veteraner har patent på. Stämmer detta? Efter en stroke i tonåren, våldtäkt året därpå och boende i ett hem där psykisk ohälsa var vardag, beskriver författaren hur sista droppen kom. Hon ville inte längre vara en del av det destruktiva, orkade inte fortsätta i samma spår. Men att våga tillfriskna från psykisk ohälsa kräver mycket mod och hopp. Författaren delar med sig av sina erfarenheter om Dialektisk Beteendeterapi - en framgångsrik terapi för att behandla bl.a. Borderline personlighetsstörning. Med meningarna "Vill jag verkligen det här? Vill jag minnas för att kunna sluta komma ihåg?" inleder författaren den del i boken där hon blottar sina individuella terapisessioner i traumabehandlingen Prolonged Exposure. Väldigt starkt berättat och med många fina metaforer. Det finns ett spänningsmoment i det samtidigt som Jessica visar en verklighet. Jag tror att en hel del kan känna tröst av Jessicas berättelse, och att hon kan skapa en större förståelse. Leffe Grimwalker

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

28 augusti är det dags för boksläppet av boken VID VÄRLDENS ÄNDE - en bok om psykisk ohälsa efter trauma Författare: Jessica Thåström "Väldigt starkt...

Så hon skrev en bok om sin ... inom sig för att komma vidare efter ett trauma eller en förändring i livet och jag vet ... av psykisk ohälsa och ...

VID VÄRLDENS ÄNDE : EN BOK OM PSYKISK OHÄLSA EFTER TRAUMA

[Fortsätt läsa...](#)