

Fra offer til overlever



ISBN:	9788771187618
Kategori:	E-Bøger
Forfatter:	Anne Agerbo
Sprog:	Dansk
Forlag:	Frydenlund
Udgivet:	22. marts 2017

[Fra offer til overlever.pdf](#)

[Fra offer til overlever.epub](#)

Mange mennesker har haft traumatiske oplevelser og lever i dag med symptomerne efter dem. Bogen viser, hvordan man kan leve et godt og meningsfuldt liv med symptomerne – hvordan lidelse og lykke kan eksistere samtidig. Det handler ikke om at fjerne traumesymptomerne. Vi skal derimod lære at leve et lykkeligt liv med dem. Grundlæggende handler det om at gøre op med forestillingen om, at lidelse udelukker lykke. De to ting kan godt gå hånd i hånd, når vi kigger nærmere på: Hvilke værdier skal forme overleverens liv? Der skal ikke fjernes eller fikses, det drejer sig derimod om at skabe mening og livskraft. Terapien skal handle om livet fremadrettet. ACT (Acceptance and Commitment Therapy) præsenteres som den fleksible tilgang, der kan hjælpe overleveren med at skabe mening og livskraft. Bogen præsenterer en ny tilgang til traumesymptomer. Den viser, hvordan symptomerne kan påvirke både individet, familier i flere generationer og hele samfund. Psykolog og forfatter Anne Agerbo tager udgangspunkt i samtaler med sin farfar – en dansk politimand, der tilbage i 1944 var KZ-fange. Bogen henvender sig til psykologer, psykoterapeuter, socialrådgivere, fysioterapeuter, læger, sygeplejersker og alle andre, der møder folk med traumer i deres professionelle virke. Den kan også bruges som selvhjælpsbog af folk, der ønsker at blive klogere på egne traumer, og hvordan man kan arbejde med dem. Anne Agerbo er privat-praktiserende psykolog. Hun ejer firmaet Act in Life og videns-fællesskabet traumeviden.dk. Hun har en omfattende erfaring inden for supervision, undervisning, coaching og terapi og arbejder med ACT med inddragelse af mindfulness, storytelling og narrative elementer.

Nogen siger endda, at hun er en troldtøs. Jul da jeg var lille Udgivet: 1993 Gyldendal, København 1993. C. Menneskets ånd er et produkt af arv og miljø Fænomonal psykisk thriller fra Torkil Damhaug. Naturalisme: I følge den naturalistiske livsanskuelse eksisterer der intet ud over naturens love. Torkil Damhaug, der tidligere har skrevet formidable spændingsromaner, har næsten overgået sig selv med den nyeste Glashjerte. I foråret bevæger hvidhvalerne sig til deres sommerområder, bugter, ... Jeg må si jeg blir en (stor) smule bekymret for hvilken retnig samfunnet er i ferd med å ta. Andersens eventyr Snedronningen). fra ca. Menneskets ånd er et produkt af arv og miljø Fænomonal psykisk thriller fra Torkil Damhaug. Morgenbladet intervjuer Mikkel Dobloug. Hun ved ikke selv, hvor hun kommer fra, og hvad det er for en mærkelig kraft, hun har, men det bliver hun nødt til at finde ud af, hvis ikke den onde Wurma skal få den magt, han higer efter. bd. År 2013. Generelt Eli Benneweis; Diana Benneweis; Nelly Jane Benneweis; Sonny og Manfred Benneweis Enya 1–6. Nordamerika er et fantastisk kontinent, hvor der kun er få skridt fra civilisation til den vildeste natur. Oplysende fremstilling af den arabiske verdens historie fra senmiddelalderen til i dag set med arabernes øjne. ' Året efter kom flere noveller, De kloge jomfruer. Torkil Damhaug, der tidligere har skrevet formidable spændingsromaner, har næsten overgået sig selv med den nyeste Glashjerte. Katharina og Magnus kæmpede med alkoholmisbrug en ny serie viser, hvordan det rev deres forhold i stykker.