

Den mörka hemligheten

Författare: Dan Josefsson, Egil Linge

Antal sidor: 157

Förlag: Natur Kultur Akademisk

Utgiven: September, 2011

LADDA NER

LÄSA



Description:

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