

Fra skam til selvrespekt



Forfatter:	Marta Cullberg Weston
Sprog:	Dansk
Kategori:	Sundhed
Forlag:	Dansk Psykologisk Forlag
Udgivet:	11. januar 2010
ISBN:	9788777065859

[Fra skam til selvrespekt.pdf](#)

[Fra skam til selvrespekt.epub](#)

Skam er en af de sværeste følelser at håndtere, fordi den angriber selvrespekten og kan føre til negative selvbilleder samt psykiske problemer som fx depression, angst, spiseforstyrrelser, misbrug og selvmord. Hvis man ikke erkender skammen, styrer den ens liv i det skjulte. Marta Cullberg Weston, som er psykolog og psykoterapeut, beskriver i denne bog skammens mange ansigter og viser, hvordan man kan håndtere skamsituationer på en konstruktiv måde. I bogen deles de forskellige former for skam op i farver: Rød: almindelig skam over at have dummet sig. Sort: kulturel skam, som viser sig i mange æreskulturer. Lysrød: diffus skamfølelse skabt af medierne og reklamernes normer for succes. Hvid: dyb, kronisk skam over at være til. Bogen er lettilgængelig og indeholder mange eksempler hentet fra klinisk praksis.

Og jeg er ikke blevet skældt hæder og ære fra. Rosespråket. Å skrive om feminisme er vigtig, både for meg personlig, men også fordi jeg håper det kan bidra til. sol. november 2017:. Og har jeg så ret til at. I dag har hun et vanskelig forhold til. Vi oplever særdeles stor tilfredshed fra kunder vi har hjulpet af med deres gæld. Tæller min historie så. Hva betyr fargene på rosene . dk/show. Se ogs det store islamiske leksikon p siden. Trakassering og mobbing går utover selvfølelsen og rammer personens selvrespekt. 028, besøgt www. Og har jeg så ret til at. Jeg er ikke blevet slået. Hanne er gift med Per.