

Trefwoorden: Gezond verstand als therapie download gratis pdf, Gezond verstand als therapieboek pdf gratis, Gezond verstand als therapie lees online, Gezond verstand als therapie torrent, Gezond verstand als therapie epub gratis in het Nederlands, Gezond verstand als therapie mobi compleet

Gezond verstand als therapie PDF

J. Verhulst



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: J. Verhulst
ISBN-10: 9789031381852
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3519 KB

OMSCHRIJVING

Gezond verstand als therapie 7e druk is een boek van J. Verhulst uitgegeven bij Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789031381852 Wij mensen kunnen onszelf ongelukkig en ziek maken door een aangeboren neiging om onze omgeving op een verkeerde manier waar te nemen. Door uit te gaan van irrationele ideeën en gedachten gaan we ons onzeker, angstig en depressief voelen. Dit is het uitgangspunt van de Rationeel-Emotieve Therapie (RET). De therapie is erop gericht deze irrationele en onjuiste gedachten op te sporen en te vervangen door reële en rationele gedachten. Steeds meer mensen willen weten hoe ze op een relatief eenvoudige en overzichtelijke manier emotionele problemen kunnen oplossen. De RET blijkt zich daarvoor uitstekend te lenen, zoals in talloze onderzoeken is aangetoond. Gezond verstand als therapie maakt de lezer op een heldere manier vertrouwd met de structuur en de uitgangspunten van de RET. De beschrijving van tal van toepassingsmogelijkheden - variërend van veel voorkomende problemen met betrekking tot liefde, seksualiteit en gezin tot rouwverwerking en angst- en stemmingsstoornissen - maken dit boek toegankelijk en prettig leesbaar. Door de concrete voorbeelden van rationele alternatieven voor irrationele ideeën, is dit boek ook uitermate geschikt als zelfhulpboek.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Gezond verstand als therapie bij Boeken.com. Bij boeken.com vind je altijd wat je zoekt.

'Gezond verstand als therapie' maakt de lezer op een heldere manier vertrouwd met de structuur en de uitgangspunten van de RET. De beschrijving van tal van ...

ebook (PDF), by J. Verhulst ... 'Gezond verstand als therapie' maakt de lezer op een heldere manier vertrouwd met de structuur en de ...

GEZOND VERSTAND ALS THERAPIE

[Lees verder...](#)