

Niet zomaar een boek PDF

none



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



DOWNLOAD PDF

Schrijver: none

ISBN-10: 9789044135817

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 2740 KB

OMSCHRIJVING

Een dagboek heeft iets geheimzinnigs. Het belooft inkijk te geven in de diepste roerselen, de geheimste gedachten, de grote en kleine belevenissen die een verschil maken. Het wordt een geschiedenis, een biografie die jou beschrijft, en je daardoor ook bepaalt. Een blauwdruk van een door jou gecreëerde identiteit. Want woorden beschrijven niet de realiteit. Woorden scheppen de realiteit. Ze belichten geselecteerde aspecten van dat erg complexe geheel... en hetgeen waarop je focust, wordt versterkt. Dat hebben we van Heisenberg geleerd. In de hersenen vormen zich sporen, leert recent wetenschappelijk onderzoek. Probleemsporen ontstaan bij het focussen op problemen, zodat we riskeren te denken dat we enkel probleem zijn, slachtoffer van ons leven. Oplossingssporen worden gevormd bij het focussen op sterktes, resources, oplossingen en geven een beter gevoel. Ze helpen ontdekken dat we keuzes kunnen maken, dat we greep hebben op ons leven. De toekomst is maakbaar door de manier waarop we haar beschrijven. In 'Niet zomaar een boek' gidst de auteur in die onderneming. De vragen helpen om een eigen, unieke 'handleiding' te ontdekken, te behouden wat realistisch naar een gewenste toekomst leidt, te verruimen wat ons belemmert. Ze verleggen de focus van probleemversterkend naar oplossingversterkend, van falen naar successen, van jezelf als 'lijdend' voorwerp naar jezelf als 'onderwerp' van je leven, een ingrijpende ontdekkingstocht. Voor wie iets extra's wenst, worden helpende technieken aangereikt. 'Life is not the way it is supposed to be. It is the way it is. The way you cope with it is what makes the difference.' (Virginia Satir) Deze reis maakt het verschil. Men weze gewaarschuwd. Dit boek kan je leven ingrijpend veranderen. (Dr. Myriam Le Fevere de Ten Hove) Over de auteur Valérie Frigne is een oplossingsgerichte psychotherapeut en creatieve duizendpoot. Ze wil met dit boek eenieder op een laagdrempelige manier laten kennismaken met het oplossingsgerichte gedachtegoed. Het boek kan je individueel doornemen als een soort 'self-helper'. Het is ook uitermate geschikt om als koppel of met een vriend of familielid te gebruiken, ook in een groepje. Ze hoopt dat dit boek velen kan inspireren in een zoektocht naar eigen nieuwe ideeën en creatieve oplossingen.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Food Pharmacy is een geweldig boek over het belang van een gezonde darmflora. Met achtergronden, tips en recepten. Review van een echte aanrader!

Dit boek is niet zomaar een boek! Het boek is bedoeld voor (vermoedelijk) hoogbegaafde kinderen als steuntje in de rug. Nu met digitale prenten!

Het boek 'Reiken naar de maan' wil alle schaamte en elk taboe over menstruatie doorbreken op een liefdevolle manier. [Klik voor de review!](#)

NIET ZOMAAR EEN BOEK

[Lees verder...](#)