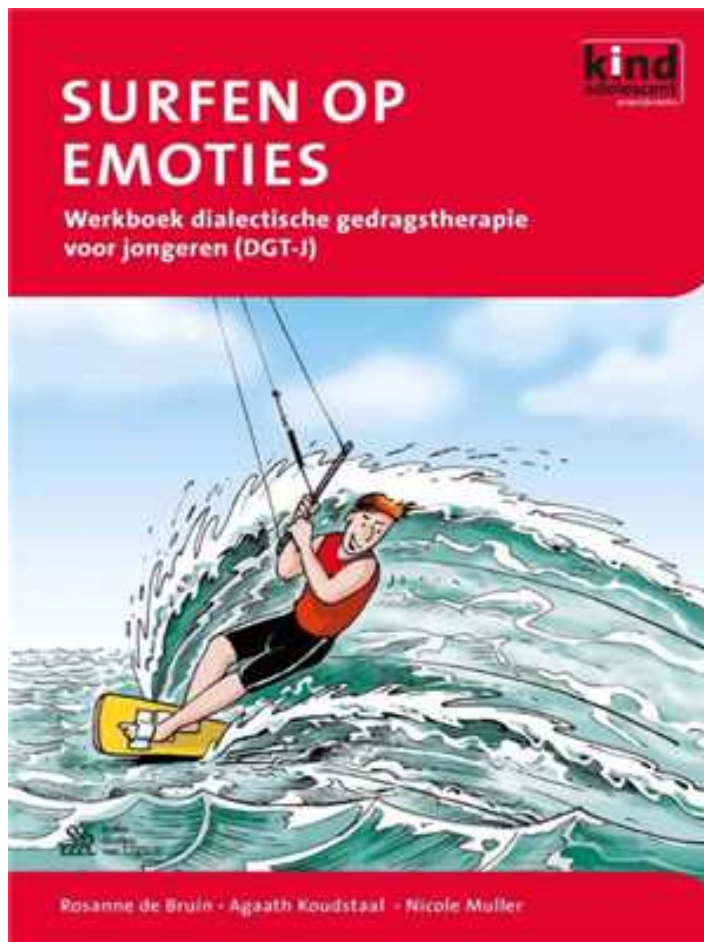


Surfen op emoties PDF

Rosanna de Bruin



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: Rosanna de Bruin

ISBN-10: 9789031376094

Taal: Nederlands

Bestands grootte: 3571 KB

OMSCHRIJVING

Surfen op emoties 1e druk is een boek van Rosanna de Bruin uitgegeven bij Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789031376094 Iedereen is wel eens flink boos, verdrietig of in paniek. Maar wat moet je doen als die gevoelens je zo overspoelen dat je er niet meer tegen kan. Als de paniek of wanhoop zo sterk is dat je jezelf beschadigt om er even vanaf te zijn. Of wanneer je verlichting zoekt in drank of drugs, eetbuien, seks of ander impulsief gedrag. Wat moet je doen als de woede zo sterk kan zijn dat je puinhopen achter je laat in de relaties die je hebt. En wat kun je doen als je geen verdriet durft te voelen over alles wat er in je leven misgaat. Hoe krijg je weer grip op je gevoel en op jezelf? In Surfen op emoties, de DGT-J-Vaardigheidstraining voor jongeren van 12-21 jaar, leert de jongere weer grip te krijgen op zichzelf. Hij/zij leert over emoties en hoe hier beter mee om te gaan. Ook leert de jongere op een goede manier voor zichzelf op te komen. In dit werkboek staan veel oefeningen om ook thuis aan de slag te gaan met de nieuwe vaardigheden die de jongere geleerd heeft. Dit werkboek hoort bij de handleiding Dialectische gedragstherapie voor jongeren met een borderlinestoornis. Dit protocol verschijnt in de 'Kind en Adolescent Praktijkreeks'. Een reeks met heldere en gefundeerde informatie over stoornissen en behandelmethoden voor kinder- en jeugdpsychologen, orthopedagogen, kinder- en jeugdpsychiaters en andere hulpverleners. In iedere uitgave komt een behandelmethode aan de orde.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Bestel Surfen op emoties van Rosanne De Bruin als Paperback voor 23.9â,- bij Proxis.com en verdien Proxispunten!

Met Surfen op emoties, een Dialectische gedragstherapie (DGT)- Vaardigheidstraining voor jongeren van 14-23 jaar, leert de cliënt grip te krijgen op zijn gedrag en ...

Inhoudelijk is deze training korter en minder intensief dan ERT en een derde training die in Nederland ontwikkeld is, de groepstraining Surfen op emoties.

SURFEN OP EMOTIES

[Lees verder...](#)