

Du är inte knäpp... det är din mamma : healing för döttrar till narcissistiska mammor



ISBN:	9789198053456
Författare:	Danu Morrigan
Förlag:	Egia förlag
Antal sidor:	240
Kategori:	Psykologisk metod
Utgivningsdatum:	2015-11-23

[Du är inte knäpp... det är din mamma : healing för döttrar till narcissistiska mammor.pdf](#)

[Du är inte knäpp... det är din mamma : healing för döttrar till narcissistiska mammor.epub](#)

Känner du dig ofta sårad och upprörd efter att ha varit i kontakt med din mamma? Är det som om du blir "någon annan" i hennes närhet? Verkar hon distansera sig från dig när du har medgång i livet medan hon blir upprymd när du har motgång? Kritiserar hon dig ständigt eller är hon oftast artig och trevlig men kan plötsligt säga något som är så elakt att du undrar om du hörde rätt? Runt, runt vandrar dina tankar och känslor tills du tror att det måste vara något fel på dig. Men det är inte dig det är fel på. I denna bok får du verktyg för att våga se sanningen om din mamma och påbörja resan mot insikt och läkning. En narcissistisk mamma är inte genuint nyfiken på sina barn - antingen ignorerar hon dem eller så upplever hon dem som en oskiljaktig förlängning av henne själv. Om barnen visar att de har andra behov än vad hon har kan hon bli mycket kränkt och provocerad.

Du är inte knäpp ...

det är din mamma diskuterar vad narcissistisk personlighetsstörning är, hur den ser ut hos olika mammor och vilka effekter den kan få. Sedan diskuteras våra olika möjligheter när det gäller fortsatt kontakt med henne och hur det påverkar oss att känna till sanningen. I de två sista kapitlen tar författaren upp en metod för att läka såren som hon själv haft stor nytta av - EFT (Emotional Freedom Technique).

Eftersom boken bygger på författarens egna erfarenheter handlar den specifikt om mödrar och riktar sig till döttrar, men även söner kan ha stor nytta av att läsa den. Danu Morrigan (pseudonym) från Irland är själv dotter till en narcissistisk mamma. Hennes bok är baserad på egna erfarenheter samt berättelser från kvinnor som deltagit på hennes webbforum.

Han är för närvarande vetenskaplig. ROBERT LANZA. Han är för närvarande vetenskaplig. ROBERT LANZA.

ROBERT LANZA. har utforskat naturvetenskapen i över fyrtio år, och han anses som en av världens främsta forskare.

har utforskat naturvetenskapen i över fyrtio år, och han anses som en av världens främsta forskare. ROBERT LANZA.

har utforskat naturvetenskapen i över fyrtio år, och han anses som en av världens främsta forskare. ROBERT LANZA. Han är för närvarande vetenskaplig. Han är för närvarande vetenskaplig. ROBERT LANZA. har utforskat naturvetenskapen i över fyrtio år, och han anses som en av världens främsta forskare. ROBERT LANZA. Han är för närvarande vetenskaplig. har utforskat naturvetenskapen i över fyrtio år, och han anses som en av världens främsta forskare.