

Succes
Maar kapot
vanbinnen

Succes maar kapot vanbinnen

Blockx Dymfna

Schrijver:Blockx Dymfna
Coverontwerp: Kes Van de Putte
ISBN:
© <Blockx Dymfna>

Inleiding

Zoals beloofd is hier mijn 2^{de} boek. In 'Succes maar kapot vanbinnen', ga ik verder waar ik was gestopt in mijn eerste boek 'Hoop Doet Leven'.

In dit boek zal je lezen hoe ik ben omgegaan met een onverwachte scheiding, mijn nog steeds psychische problemen die maar niet opgelost lijken te geraken, wat ik heb meegemaakt in de psychiatrie, hoe ik reageer op klassieke therapie en hoe ik eindelijk onafhankelijk aan het leven ben.

Natuurlijk nog steeds met Natural Horsemanship als mijn levensstijl. Welke doelen ik wel of niet heb behaald en/of nog wil halen.

Dankwoord

In dit boek heb ik veel aan mezelf te danken maar ook opnieuw aan mijn beste vrienden en alle mensen die mij op de één of andere manier psychisch hebben proberen te helpen en aan al diegenen die ergens in mij geloven.

Natuurlijk weer de paarden zonder hen zou het nooit gelukt zijn om zover te komen . ik heb letterlijk mijn leven te danken aan die viervoeters.



Hoop doet leven	11
Psychische Hulp	15
Hervallen	30
Grijze zone	36
Fundamentele eenzaamheid	38
EMDR	45
TRE	46
Brainspotting	47
Chronische acceptatie	48
Opvoeding	54
Verliefd	58
Leegte	61
Re-intrigatie traject Route 11	64
Verslaafd.....	65
Natural Horsemanship als zingeving	68
Mindful horsemanship	70
Succes, maar kapot van binnen	73



