

A Gentle Path Through The Twelve Steps The Classic Guide For All People In The Process Of Recovery

Right here, we have countless book **A Gentle Path Through The Twelve Steps The Classic Guide For All People In The Process Of Recovery** and collections to check out. We additionally have enough money variant types and plus type of the books to browse. The all right book, fiction, history, novel, scientific research, as competently as various further sorts of books are readily easy to get to here.

As this A Gentle Path Through The Twelve Steps The Classic Guide For All People In The Process Of Recovery, it ends happening physical one of the favored ebook A Gentle Path Through The Twelve Steps The Classic Guide For All People In The Process Of Recovery collections that we have. This is why you remain in the best website to see the amazing ebook to have.

[A Gentle Path Through the Twelve Steps](#) Patrick Carnes 1989 Audiotape workshop will help you to understand your own story of the past and begin to plan a lifetime of sobriety.

The Betrayal Bond Patrick Carnes 2019-02-12 Some really great books just keep getting better! For seventeen years The Betrayal Bond has been the primary source for therapists and patients wrestling the effects of emotional pain and harm caused by exploitation from someone they trusted. Divorce, litigation, incest and child abuse, domestic violence, kidnapping, professional exploitation and religious abuse are all areas of trauma bonding. These are situations and relationships of incredible intensity or importance lend themselves more easily to an exploitation of trust or power. In The Betrayal Bond, Dr. Carnes presents an in-depth study of these relationships; why they form, who is most susceptible, and how they become so powerful. Dr. Carnes also gives a clear explanation of the bond that compels people to tolerate the intolerable, and for the first time, maps out the brain connection that makes being with hurtful people comparable to 'a drug of choice.' Most importantly, Carnes provides practical steps to identify compulsive attachment patterns and ultimately to change or end them for good. This new edition includes: New science for understanding how our brains can make a prison of bad relationships New assessments and insights based on 50,000 research participants A new section utilizing the latest findings in attachment research and narrative therapy to concretely rewrite and rescript bad experiences A redefinition of the factors contributing to addictive relationships

The Collected Works of Dr. Patrick Carnes Patrick Carnes 2015-12-01

Beautiful Boy David Sheff 2018-11-21 Wanneer de jonge Nic zichzelf verliest in een drugsverslaving, gaat zijn vader, journalist David Sheff, wanhopig op zoek naar een manier om zijn zoon te redden. Hij probeert de situatie te bevatten door meer inzicht te krijgen in de ziekte. Maar terwijl zijn kind steeds dieper wegzakt in de verwoestende cirkel van drugs, afkicken en hervallen, komt het gezin hard onder druk te staan. Nic blijft wegvlugten voor de familie die hem weigert los te laten, tot hij uiteindelijk op de grenzen van hun liefde botst...

[Redenen om te blijven leven](#) Matt Haig 2015-10-08 Op zijn vierentwintigste stort het leven van Matt Haig volledig in. Hij ziet geen enkele uitweg, geen reden meer om te bestaan. Dit is het verhaal van hoe hij zijn depressie overwon, een ziekte die hem bijna vernietigde, en hoe hij opnieuw leerde met volle teugen van het leven te genieten. Redenen om te blijven leven is meer dan een memoire: het is een ontroerende, grappige en vreugdevolle zoektocht naar hoe om te gaan met depressie.

[Facing Addiction](#) Patrick Carnes 2011 Applies Dr. Patrick Carnes' research-based thirty-task model to treating addiction to alcohol and drugs for a lasting long-term recovery.

[Out of the Shadows](#) Patrick J Carnes 2009-06-21 Unhooked from regular routines and healthy relationships by the coronavirus pandemic or other traumas, even our most basic human impulses and inputs can become addictive and destructive. An essential resource for those struggling with sexual addiction and compulsions, and those who love them. With the revised information and up-to-date research, Out of the Shadows is the premier work on sex addiction, written by a pioneer in its treatment. Sex is at the core of our identities. And when it becomes a compulsion, it can unravel our lives. Out of the Shadows is the premier work on this disorder, written by a pioneer in its treatment. Revised and updated to include the latest research--and to address the exploding phenomenon of cybersex addiction--this third edition identifies the danger signs, explains the dynamics, and describes the consequences of sexual addiction and dependency. With practical wisdom and spiritual clarity, it points the way out of the shadows of sexual compulsion and back into the light and fullness of life.

[Out of the Shadows](#) Patrick Carnes 1983

[Summary of Patrick Carnes's A Gentle Path through the Twelve Steps](#) Everest Media 2022-07-25T22:59:00Z Please note: This is a companion version & not the original book. Sample Book Insights: #1 The First Step is designed to give you what you need to know for your journey. It helps you realize that you have a story, and that story is not hopeless or unchangeable. You have the opportunity to transform. #2 The First Step requires an admission of powerlessness over your living in the extremes. You must document both powerlessness and unmanageability in your life. This is the beginning of understanding the story of your illness. #3 The cost of addiction is loss of faith in your abilities. You can reprogram yourself with positive, healthy messages. Select from the list the affirmations that have meaning for you. Add some of your own. Tape the list on your mirror and repeat them while you are shaving or putting on your makeup. #4 Addiction is like living in a fun house. The insanity and unmanageability of addiction and codependency look normal to those who can see themselves only through the distorted lens of dysfunctional behavior and its consequences.

Het einde van mijn verslaving 2009

[The Sexual Addiction](#) Patrick Carnes 1983

De leeftijd der wonderen / druk 1 Marianne Williamson 2010-01 Pleidooi voor spirituele groei om het leven als mens van middelbare leeftijd te aanvaarden en ten volle te gaan leven.

Gelukkig ben ik niet de enige Brené Brown 2014-04-30 De zoektocht naar perfectie is vermoeiend en meedogenloos. We worden constant opgejaagd door sociale verwachtingen die ons leren dat imperfect zijn synoniem is aan niet goed genoeg zijn. Overal wordt ons verteld wie, wat en hoe we moeten zijn. Hierdoor laten we niet zien waar we mee worstelen en beschermen we onszelf tegen schaamte, oordelen, kritiek en verwijten door te doen alsof we het allemaal perfect voor elkaar hebben. Op basis van haar jarenlange onderzoek en honderden interviews komt Brené Brown in Gelukkig ben ik niet de enige met een belangrijke waarheid: we zijn juist met elkaar verbonden door onze onvolmaaktheden. Kwetsbaarheid is geen zwakte, maar een reminder om ons hart en verstand open te houden voor de realiteit dat we allemaal in hetzelfde schuitje zitten.

EBook a Gentle Path Through the Twelve Steps Patrick Carnes 1993 eBook A Gentle Path Through the Twelve Steps

[A Gentle Path through the Twelve Principles](#) Patrick J. Carnes 2012-06-12 Renowned addiction expert Patrick Carnes, PhD, author of A Gentle Path through the Twelve Steps, outlines twelve guiding principles to help those in recovery develop an essential skill set for life. Twelve Steps. Twelve Traditions. And yes, Twelve Principles. The Steps outline the actions that lead to extraordinary healing. The Traditions exist as guides to the functioning of the Fellowship. Embedded in both

is a series of Principles by which to measure your progress. Anyone who lives a Twelve Step way of life will recognize the principles passed on in A Gentle Path through the Twelve Principles. They have existed among fellowships as a hidden curriculum of fundamental truths about recovery for decades, but never before have they been distilled into a succinct set of values that, when practiced, help each of us to develop an essential skill set for life. The principles--such universal touchstones for human self-realization as acceptance, awareness, responsibility, openness, honesty, courage, commitment, and meaning--are concepts that enable a deep inner study and focus to make a new life happen in recovery. Recovery means reengineering your life with a focus on renewal. The Twelve Principles are designed to help you get there.

A Gentle Path Through the 12 Steps and 12 Principles Bundle Patrick J Carnes 2012-07-17 Two book bundle! Essential Twelve Step Recovery Guides from renown author, Patrick Carnes, Ph.D. Two book bundle! Essential Twelve Step Recovery Guides from renown author, Patrick Carnes, Ph.D. A Gentle Path through the Twelve Steps UPDATED and EXPANDED It was out of his reverence and respect for the wisdom and therapeutic value of the Twelve Steps that Carnes wrote A Gentle Path through the 12 Steps, now a recovery classic and self-help staple for anyone looking for guidance for life's hardest challenges. Hundreds of thousands of people have found in this book a personal portal to the wisdom of the Twelve Steps. With updated and expanded concepts and a focus on the spiritual principles that lead to lifelong growth and fulfillment, Carnes' new edition invites a fresh generation of readers to the healing and rewarding experience of Twelve Step recovery.

Swing time Zadie Smith 2016-11-24 Twee vriendinnen uit een arme wijk in Noord-Londen dromen ervan danseres te worden. Maar slechts een van hen heeft talent. Het andere meisje moet haar droom prijsgeven, maar zal zijdelings in de wereld van de dans blijven als persoonlijk assistente van een wereldberoemde popster _ een bestaan vol glamour, maar altijd de glamour van anderen. De moeilijke relatie met haar moeder confronteert haar bovendien met allerlei vragen over haar afkomst. Wat hebben muziek, dans en persoonlijke ambitie met elkaar te maken? In hoeverre val je samen met de geschiedenis van je voorouders? En wanneer is een mens eigenlijk vrij? De hechte maar ingewikkelde vriendschap tussen deze meisjes eindigt abrupt als ze begin twintig zijn, maar ze blijven elkaars leven op afstand bepalen. *Swing Time* is een oogverblindend, energiek en hartverwarmend verhaal over vriendschap, muziek en afkomst en hoe al deze dingen bepalen wie we zijn. Deze roman, die beweegt tussen de contrasterende decors van Noordwest-Londen en West-Afrika, is een exuberante dans op de muziek van de tijd. Zadie Smith (1975) is een van de grootste en invloedrijkste schrijvers van haar generatie. Ze publiceerde de veelvuldig bekroonde romans *Witte tanden*, *De handtekeningenman*, *Over schoonheid*, *NW*, *De ambassade van Cambodja* en de essaybundel *Ik heb mij bedacht*. Ze schrijft regelmatig voor *The New Yorker* en *The New York Review of Books*. 'Een eerbewijs aan de dans als verbindende kracht, vol indringende observaties. Een roman met een enorme reikwijdte en onvergetelijke personages. *Swing Time* heeft een bijtende humor, omspant bijna letterlijk de wereld en is een duizelingwekkende zoektocht naar identiteit, persoonlijke voldoening en liefde. Dit verhaal van een verloren en hervonden vriendschap gaat heel veel mensen aanspreken.' *Booklist* 'Een scherpe, met grote beheersing geschreven roman over de dans en de zwarte identiteit, van een schrijfster die zich vaardig door een mijnenveld van culturele vraagstukken beweegt. Smith verbluft met haar beschrijvingen en de ontwikkeling van haar intrige, toont wereld- en mensbeelden met de scherpheid van een camera. Een ontroerende, geestige en belangrijke roman die de grote levensvragen aan de orde stelt met de sierlijke behendigheid van een Fred Astaire of Michael Jackson.' *Kirkus Reviews* 'Een sterke en rijke roman. Breed van opzet maar ook diep, vooral waar Smith haar briljante kijk op de popcultuur ventileert.' *Publishers Weekly* *A Gentle Path Through the Twelve Steps* Patrick Carnes 2012-04-13 A Gentle Path through the Twelve Steps Updated and Expanded

Gentle Path Through the 12 Steps for All People in the Process of Recovery, a Guidebook Patrick Carnes 1989-05-01 Audiotape workshop will help you to understand your own story of the past and begin to plan a lifetime of sobriety.

Vijftig manieren om jezelf te troosten zonder eten Susan Albers 2012-08-30 Eten biedt troost, althans tijdelijk. Maar achteraf hebben we vaak spijt van de reep chocola of de zak chips. Susan Albers beschrijft vijftig mindfulnessvaardigheden en technieken die je helpen om jezelf te troosten zonder eten.

Ik wil je laten weten dat we er nog zijn Esther Safran Foer 2020-03-17 Briljant geschreven memoires die geen lezer onberoerd zullen laten 'Esther Safran Foer is een kracht van de natuur ... Ze schreef een eerlijk, pijnlijk en uiteindelijk bemoedigend verhaal over het leven na een tragedie. Dit boek is bovenal een bevrijding voor haar familie en haar volk. Iedereen moet dit lezen.' – Jeffrey Goldberg, *The Atlantic* Esther Safran Foer groeide op in een gezin met een verleden dat te verschrikkelijk was om over te spreken. Als kind van ouders die beiden de enige overlevenden uit hun gezin waren, was de Holocaust altijd aanwezig maar nooit bespreekbaar. Het resultaat was een jeugd die werd gekenmerkt door pijnlijke bemoedigend verhaal over het leven na een tragedie. Dit boek is bovenal een bevrijding voor haar familie en haar volk. Iedereen moet dit lezen.' – Jeffrey Goldberg, *The Atlantic* Esther Safran Foer groeide op in een gezin met een verleden dat te verschrikkelijk was om over te spreken. Als kind van ouders die beiden de enige overlevenden uit hun gezin waren, was de Holocaust altijd aanwezig maar nooit bespreekbaar. Het resultaat was een jeugd die werd gekenmerkt door pijnlijke stiltes en constant verdriet. En terwijl Esther carrière maakte, trouwde en drie kinderen kreeg, bleef ze toch altijd zoekende naar sporen van de schimmen uit haar verleden. Als haar moeder op een dag terloops meldt dat Esthers vader voor de oorlog al een vrouw en dochter had die tijdens de Holocaust zijn vermoord, besluit ze op zoek te gaan naar antwoorden. Wie waren deze onbekende vrouw en dochter, en hoe overleefde haar vader als enige de gruwelijkheden van de Holocaust? Haar zoon schreef eerder de roman *Alles is verlicht* over het onbekende leven van zijn grootouders, waarop veel reacties kwamen. Gewapend met een zwartwitfoto, de vele nieuwe inzichten van brieven-schrijvers en een handgetekende kaart reist Esther nu zelf naar Oekraïne, vastbesloten de sjetel te vinden waar haar vader tijdens de oorlog ondergedoken zat. De antwoorden die ze daar vindt zullen niet alleen helpen haar eigen identiteit te ontdekken, maar bieden ook de mogelijkheid het verleden beter te begrijpen. Ik wil je laten weten dat we er nog zijn is het meeslepende en diep ontroerende verhaal van vier generaties die leven in de schaduw van de Holocaust. Vier generaties overlevenden, verhalenvertellers en bewaarders van herinneringen, vastbesloten het verleden levend te houden en het leven maximaal te leven. 'Een prachtige verkenning van het collectieve geheugen en de Joodse geschiedenis.' – Nathan Englander 'Haar verhaal ontroert ... en haar beschrijvingen zijn levendig.' – NRC

A Gentle Path through the Twelve Steps Patrick J Carnes 2012-06-01 A revised and expanded edition of the recovery classic by Patrick Carnes, Ph.D., a leading expert on addictive behaviors. A revised and expanded edition of the recovery

classic by Patrick Carnes, Ph.D., a leading expert on addictive behaviors. The Twelve Steps tap into the essential human process of change and will be regarded as one of the intellectual and spiritual landmarks in human history. --Patrick Carnes It was out of his reverence and respect for the wisdom and therapeutic value of the Twelve Steps that Carnes wrote *A Gentle Path through the 12 Steps*, now a recovery classic and self-help staple for anyone looking for guidance for life's hardest challenges. Hundreds of thousands of people have found in this book a personal portal to the wisdom of the Twelve Steps. With updated and expanded concepts and a focus on the spiritual principles that lead to lifelong growth and fulfillment, Carnes' new edition invites a fresh generation of readers to the healing and rewarding experience of Twelve Step recovery. 'A treasure chest, a rich and powerful resource for anyone working a Twelve Step program.' --Wendy Maltz, M.S.W. 'This book emphasizes the common themes at the heart of all Twelve Step fellowships and offers an especially clear explanation of what 'working the program' means.' --Claudia Black, Ph.D. Patrick J. Carnes, PhD, is the founder of the International Institute for Trauma and Addiction Professionals (IITAP) and Gentle Path Press. His extensive background in the field of addiction therapy led Dr. Carnes to develop multiple cutting-edge recovery programs aimed at treating addictive disorders. He serves as executive director of the Gentle Path Program, a residential treatment program for sexual addiction in Hattiesburg, Miss. With more than 30 years in the sexual addiction treatment field, Dr. Carnes continues to spread his extensive knowledge as a speaker, presenter and interview subject. His assessment tools and related materials deliver an unprecedented approach to addiction recovery for practitioners of addiction treatment and sexual addicts. *Facing the Shadow* Patrick Carnes 2001 This text takes techniques used by thousands of people recovering from sex addiction and shows, in a step-by-step manner, how to break free of this disease and live a healthier, more fulfilling life. Each of this hope-filled workbook's chapters sets the stage for the recovery tasks at hand, before providing practical, easy-to-follow exercises specifically designed to help understand and address them. Topics covered include: why denial is so powerful and what can be done to counter it; how to face the consequences of behaviour using recovery principles; how to respond to change and crisis; how to manage life without dysfunctional behaviour; and how spirituality and recovery are interwoven.

A Gentle Path Through the Twelve Principles Patrick Carnes 2012-05-31 A Gentle Path through the Twelve Principles

Contrary to Love Patrick J Carnes 2009-09-29 This resource identifies the stages and progression of sex addiction, including assessment, intervention, and treatment methods. This resource identifies the stages and progression of sex addiction, including assessment, intervention, and treatment methods. It also covers family structure, bonding, boundaries, and recovery topics.

Shadows of the Cross Craig Cashwell 2015-02-25 This book is a Christian companion to Facing the Shadow. It provides an early spiritual focus to recovery for those who are beginning to use the Patrick Carnes 30 task model of recovery from sex addiction. Addresses issues of sexuality in a non-shaming way using Biblical scripture to encourage long-term recovery. *Shadows of the Cross*: -Includes interactive exercises and tasks that complement Facing the Shadow. -Applies world renowned Dr. Patrick Carnes' research-based thirty task model with a Christian twist -Has a Christian approach that tackles the shame that often accompanies sex addiction -Provides readers with suggested Biblical verses to assist in their long-term recovery -Provides a much needed spiritual focus to early recovery **Opgeruimd Leven met ADHD** 2007 Zelfhulp gids voor volwassenen met een aandachtsstoornis.

Het drama van het begaafde kind Alice Miller 2013-05-14 We kunnen ons verleden totaal niet veranderen, de krenkingen die ons in onze kindertijd zijn aangedaan, kunnen we niet ongedaan maken. Maar we kunnen wel onszelf veranderen, onszelf repareren, onze verloren integriteit heroveren. Dat kunnen we doen door te besluiten de in ons lichaam opgeslagen kennis van wat vroeger gebeurd is nader te bekijken en deze dichter bij ons bewustzijn te brengen. Dat is inderdaad een ongemakkelijke procedure, maar het is de enige die ons de mogelijkheid biedt eindelijk de onzichtbare en toch zo wrede gevangenis van de kindertijd te verlaten en onszelf te transformeren van onbewust slachtoffer van het verleden in een verantwoordelijk mens die zijn geschiedenis kent en ermee leeft. Alice Miller studeerde filosofie, psychologie en sociologie en was jarenlang psychoanalytica. Sinds 1980 houdt ze zich volledig met schrijven bezig. Ze werd wereldwijd bekend met de klassieker *Het drama van het begaafde kind*, waarvan in Nederland al meer dan 150.000 exemplaren zijn verkocht. Daarnaast schreef zij onder andere *De opstand van het lichaam en Vrij van leugens*. Het hoofdthema van al haar boeken is de loochening van het lijden in de kindertijd en de levenslange gevolgen daarvan.

Don't Call It Love Patrick Carnes 2013-12-18 "Dr. Patrick Carnes is a creative, pioneering, and courageous human being. His books are changing the lives of thousands!" "I lost three marriages, all because of affairs." "I became suicidal because of multiple intense involvements." "I spent money on sex when I needed it for children's clothes." "I lost promotion opportunities and a special scholarship because my co-workers found out about my sex life." Every day they face the possibility of destruction, risking their families, fiances, jobs, dignity, and health. They come from all walks of life: ministers, physicians, therapists, politicians, executives, blue-collar workers. Most were abused as children--sexually, physically or emotionally--and saw addictive behavior in their early lives. Most grapple with other addictions as well, but their fiercest battle is with the most astounding prevalent "secret" disorder in America: sexual addiction. Here is a ground-breaking work by the nation's leading professional expert on sexual addiction, based on the candid testimony of more than one thousand recovering sexual addicts in the first major scientific study of the disorder. This essential volume includes not only the revealing findings of Dr. Carne's research with recovering addicts but also advice from the addicts and co-addicts themselves as they work to overcome their compulsive behavior. Positive, hopeful, and practical, *Don't Call It Love* is a landmark book that helps us better understand all addictions, their causes, and the difficult path to recovery.

Maalstroom Sigrid Rausing 2018-01-11 Tijdens de zomer van 2012 wordt het dode lichaam van Eva Rausing gevonden in het Londense appartement dat ze deelt met haar man Hans. Het echtpaar worstelt al jaren met een ernstige drugsverslaving, en staat daarmee, vanwege de uitzonderlijke rijkdom van de familie Rausing, in de volle aandacht van de roddelpers. Nu, een aantal jaar later, probeert redacteur en uitgever Sigrid Rausing duidelijkheid te krijgen over de destructieve levensloop van haar broer en zijn vrouw. In *Maalstroom* stelt ze, in een heldere en ingetogen stijl, de moeilijke vragen waarmee iedereen die wordt geraakt door verslaving wordt geconfronteerd. Wie moet de verslaafde helpen als die niet geholpen wil worden? Wat als er geen medicijnen zijn, want de drugs zijn het medicijn? Hoe kan je als familie een verslaafde helpen als de schaamte zo groot is dat alle hulp als een aanval wordt gezien?

Ontwenning Leslie Jamison 2018-06-25 Alle verhalen over verslaving lijken op elkaar, maar iedere verslaafde gelooft dat hij op zijn eigen manier ongelukkig is. Dat is wat Leslie Jamison beseft als ze haar eerste bijeenkomsten voor anonieme alcoholisten bijwoont: ze drinkt omdat ze haar tekortkomingen wil verbergen en ten koste van alles bijzonder wil zijn. Ze zou alleen herstellen als ze haar obsessie

voor originaliteit zou kunnen loslaten. Op indringende wijze vertelt ze over haar afhankelijkheid van alcohol en spiegelt zij zichzelf aan de populaire mythes van verslaafde genieën zoals Raymond Carver, Billie Holiday, David Foster Wallace en vele anderen. Door de ongepolijste stijl is *Ontwenning* ook een boek over een ander soort afhankelijkheid: de manier waarop onze verlangens ons allemaal kunnen veranderen in 'lekkende kranen van hunkering', zoals zij het zelf formuleert. Het gaat over de specifieke eenzaamheid van de menselijke beleving - het verlangen naar liefde dat ons verslindt en ons maakt tot degenen wie we zijn. *Ontwenning* is daarmee zowel een diep persoonlijk boek als een cultuurgeschiedenis en literaire kritiek - slim, ontroerend, oprecht en van onverwachte schoonheid.

De innerlijke criticus ontmaskerd Hal Stone 2016-10-08 Iedereen herkent de Innerlijke Criticus. Hij fluistert, jammert, scheldt en houdt ons eronder. Hij beïnvloedt onze gedachten en ons gedrag, en weerhoudt ons ervan om actie te ondernemen. Hij denkt dat hij ons beschermt tegen afkeuring, pijn of eenzaamheid, maar deze kritische, innerlijke stem is een bron van schaamte, zorgen, depressiviteit, uitputting en gebrek aan eigenwaarde. Dit heeft een destructief effect op ons functioneren in relaties en op ons werk. De psychologen Hal & Sidra Stone zijn de bedenkers van 'Voice Dialogue'. Deze methode verandert de Innerlijke Criticus van een meedogenloze tegenstander in een bondgenoot met wie je vruchtbaar kunt samenwerken. De Innerlijke Criticus ontmaskerd is een praktisch boek, want d.m.v. levendige voorbeelden laten de Stones ons zien hoe we de Innerlijke Criticus kunnen herkennen en begrijpen, hoe we een 'Criticusaanval' kunnen hanteren en wat zeer belangrijk is: hoe de Innerlijke Criticus een intelligente, alerte en ondersteunende levenspartner kan worden.

Recovery Start Kit Patrick Carnes 2006

Mijn gestolen leven Jaycee Dugard 2011-10-10 In de zomer van 1991 was ik een gewoon kind. Ik deed gewone dingen. Ik had vriendjes en vriendinnetjes, en een moeder die van me hield. Ik was net als jij. Tot de dag dat mijn leven werd gestolen. Achttien jaar lang was ik een gevangene. Ik was iemands bezit, om te gebruiken en misbruiken. Achttien jaar lang mocht ik mijn eigen naam niet uitspreken. Ik werd moeder en werd gedwongen een zus te zijn. Achttien jaar lang heb ik een onmogelijke situatie overleefd. Op 26 augustus 2009 eiste ik mijn naam weer op. Mijn naam is Jaycee Lee Dugard. Ik zie mezelf niet als slachtoffer. Ik heb het overleefd. Mijn gestolen leven is mijn verhaal; in mijn eigen woorden, verteld op mijn manier, precies zoals ik het me herinner. De dennenappel staat voor mij symbool voor het zaad van een nieuw begin. De JAYC Foundation helpt mensen opnieuw te beginnen met behulp van therapie met dieren. Ze biedt ondersteuning en faciliteiten om gezinnen die te maken hebben gehad met ontvoering en de traumatische ervaringen die daarmee samenhangen, tijdig te kunnen helpen gezinnen die moeten leren hoe ze er weer bovenop kunnen komen, zoals mijn eigen gezin. Daarbij wil de JAYC Foundation schoolkinderen ervan bewust maken hoe belangrijk het is om op elkaar te letten.

Een nobel streven Julia Quinn 2020-07-14 De inspiratiebron voor de #1 Netflix-hit *Bridgerton* 'Het antwoord op Downton Abbey, maar vele malen kleuriger en ondeugender.' De Telegraaf Londen, 1824. Rijkdom, lust en verraad zijn aan de orde van de dag in negentiende-eeuws Engeland. En de familie Bridgerton staat altijd vooraan. Penelope Featherington bewondert de broer van haar beste vriendin al zolang ze zich kan herinneren, maar de kans dat deze knappe graaf haar ziet staan is klein. Bovendien maakt zijn schandalige reputatie hem bepaald geen ideale echtgenoot. Colin Bridgerton is zwaar beledigd door het beeld dat lady Whistledown van hem schetst in haar roddelcolumn. Hij is helemaal geen charmant leeghoofd! Dat geroddel lijkt misschien onschuldig, maar wat als het Colin de liefde van zijn leven kost? De pers over de Familie Bridgerton serie: 'Bridgerton is uitstekend binge-materiaal gebaseerd de populaire historische romans van Julia Quinn.' de Volkskrant 'Razend populaire kasteelromans.' **** NRC 'Je moet de Bridgerton boeken van Julia Quinn gewoon lezen.' Trouw 'Julia Quinn is de moderne Jane Austen.' Seattle Woman

In the Shadows of the Net Patrick Carnes 2001-01-01 Written from the perspective of a cybersex addict, this book reveals the consequences of an addiction to online sex. Personal stories demonstrate the path from addiction to recovery, and specific recovery strategies, including an adaptation of the 12-step plan, are offered.

Recovery Zone Patrick Carnes 2009-01 Recovery Zone, Volume One picks up where Facing the Shadow leaves off, guiding readers to begin working tasks eight through thirteen of Dr. Patrick J. Carnes' innovative thirty-task model. This book helps readers understand that true recovery is achieved by learning to cope with difficult situations and emotions. Patrick J. Carnes, PhD, is author of *Out of the Shadows* (1992), *Contrary to Love* (1989), *The Betrayal Bond* (1997), *Open Hearts* (1999), *Facing the Shadow* (2001), and *In the Shadows of the Net* (2001). He is executive director of the Gentle Path program at Pine Grove Behavioral Center in Hattiesburg, Mississippi.

Onder mijn huid Kate Holden 2009-10-31 'Ik keek naar de voorbijflitsende koplampen, de voorruiten van de tegemoetkomende auto s: een serie vlakken met het silhouet van een mannelijke bestuurder. Een van hen stopte; ik bukte, opende de deur en gleeed naar binnen. De geur van een onbekende auto. Een man van middelbare leeftijd keek me aan. 'Hoi, zei ik. 'Hoe gaat het? Heb je je ooit afgevraagd hoe gewone, hoogopgeleide mensen in de onderwereld van drugs en prostitutie terecht kunnen komen? De Australische Kate Holden lijkt op het eerste gezicht een doorsnee twintiger: afgestudeerd in kunstgeschiedenis, afkomstig uit een middenklasse gezin, dromerig, onschuldig. Maar ondertussen is ze een jonge vrouw die als geen ander weet welke geheimen achter mensen schuilgaan. Van het beschermd leventje in de lommerrijke buitenwijken van Melbourne komt ze terecht in een wereld van seks en geld een schimmige onderwereld van achterafstraatjes, achterbanken en bordelen. In deze dappere en meeslepde vertelling vertelt Kate Holden zonder enige schroom en met de nodige humor over haar reis door deze onbekende wereld, en hoe het haar uiteindelijk lukt om eruit te geraken.

Mindful eten Jan Chozen Bays 2013-11-16 Mindful eten richt de aandacht op het hele proces - op alle smaken, geuren, gedachten en gevoelens die bovenkomen tijdens het eten. Of je nu simpelweg meer van het leven wilt maken, overgewicht of een eetstoornis hebt, dit boek biedt het gereedschap dat het opmerkelijke verschil kan maken. Het eigen lichaam wijst de weg als je wilt uitvinden wat, wanneer en hoeveel je nodig hebt.

Clinical Management of Sex Addiction Patrick Carnes 2013-06-17 This is the first comprehensive volume of the clinical management of sex addiction. Collecting the work of 28 leaders in this emerging field, the editors provide a long-needed primary text about how to approach treatment with these challenging patients. The book serves as an excellent introduction for professionals new to the field as well as serving as a useful reference tool. The contributors are literally the pioneers of one of the last frontiers of addiction medicine and sex therapy. With a growing awareness of sex addiction as a problem, plus the advent of cybersex compulsion, professional clinicians are being confronted with sexual compulsion with little clinical or academic preparation. This is the first book distilling the experience of the leaders in this emerging field. With a focus on special populations, it also becomes a handy problem-solving tool. Readable, concise, and filled with useful interventions, it is a key text for a problem clinicians must be able to identify. It is destined to be a classic reference.