

Lesung im Café #Check'SMA, am 12.08.19 um 16 Uhr, Eintritt frei

Meiner Familie meine Liebe schenken von Stefanie Sproß

Das Buch „Meiner Familie meine Liebe schenken“ präsentiert Ihnen zunächst die Lebensgeschichte einer jungen Frau und ihre spezielle Art des Umgangs mit einer unheilbaren Krankheit. Darauf aufbauend lernen Sie ein anschauliches, alltagstaugliches Resilienzmodell kennen. Sie werden in die Resilienzbausteine „Einbindung, Verantwortung, Optimismus und Akzeptanz“ und in ihre entsprechenden Methoden zur Selbstreflexion und zur Stärkenfindung eingeführt. Das Gesamtpaket von individuellem Lebensbericht, wissenschaftlicher Erörterung und allgemein anwendbarer Praxis ermöglicht Ihnen eine Betrachtung des Resilienzgedankens aus unterschiedlichsten Perspektiven. Wenn Sie sich und Ihre Situation ändern möchten und auf der Suche nach Impulsen zur eigenen Stärkung sind, kann Ihnen dieses Buch eine reflektierte Hilfestellung zur weiteren Lebensgestaltung schenken. Vor Ihnen liegt ein spannender Entwicklungsweg mit bewegenden Einblicken.

Doris-Verlag- Juni 2019- ISBN: 978-3-9810623-8-0

