

Självkänsla nu! PDF E-BOK

Mia Törnblom



Författare: Mia Törnblom
ISBN-10: 9789197562072
Språk: Svenska
Filstorlek: 1684 KB

BESKRIVNING

Mia Törnblom arbetar som personlig coach och hjälper människor att hitta fram till en positiv självbild. Här presenterar hon sitt eget framgångsrika träningsprogram. Med låg självkänsla spelar det ingen roll vad vi erövrar eller hur högt vi når - vi kommer ständigt att vara rädda för att misslyckas. Vi kan inte heller uppskatta det vi uppnått utan måste hela tiden uträtta mer. Vi klarar varken av komplimanger eller kritik - och i slutändan kan vi förlora vår livslust. På ett enkelt och tydligt sätt visar författaren hur vi kan stärka självkänslan och bli medvetna om den egna personlighetens värde. "Coachen Mia Törnblom är en enastående barnmorska när det gäller att förlösa slumrande självkänslor. I sin bok delar hon generöst med sig av sin framgångsrika verktygslåda för hjälp till självhjälp och av sina - ibland hårresande - egna erfarenheter." Annika Dopping "Det absolut första du behöver är att verkligen VILJA förändra din situation. Det andra är den här boken! I Självkänsla nu! visar Mia tydligt, konkret och direkt klargörande vad personlig utveckling kan vara. Så långt ifrån flummeliflum man kan komma!" Alice Bah Kuhnke

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Självkänsla nu! din personliga coach visar hur | Stockholms Stadsbibliotek

Köp Självkänsla nu! : Din personliga coach visar hur. Hur kommer det sig att människor som utåt sett har allt - skönhet, status, förmögenhet, talang ...

Självkänsla nu! : din personliga coach visar hur - bokus.com

Jag heter Helena och är mamma till Ava och Sander, fru till Jonas och gränssnittsutvecklare på NetRelations. Jag tycker om läsande, skrivande, geocaching ...

Självkänsla nu! : Din personliga coach visar hur / E-bok

Ja, jag är inte heller säker på att det är sådan bra idé att ungdomarna ska ego-boosta. Möjligen när man har en del omotiverat dålig självkänsla.

SJÄLVKÄNSLA NU!

LÄS MER