

Självkänsla : en inre styrka PDF E-BOK

Pekka Idman,Gullmay Idman



BILD
SAKNAS

Författare: Pekka Idman,Gullmay Idman

ISBN-10: 9789176092644

Språk: Svenska

Filstorlek: 1686 KB

BESKRIVNING

I serien LIVSKUNSKAP, tecknad, från 12 år - obegränsat En dålig självkänsla kan liknas vid ett tomrum inom oss som vi försöker fylla med överkonsumtion och relationer som inte är bra för oss. En god självkänsla kan inte sökas utanför oss själva. Vi måste börja med vårt inre. Först när vi får kontakt med vårt eget ursprung, våra tidiga känslor och bearbetar dessa, lär känna vilka vi är och vad som är viktigt för oss och accepterar och tror på oss själva, kan vi få en inre styrka som gör det möjligt för oss att bygga upp konstruktiva och utvecklande relationer med andra. Denna skrift ger ökad förståelse och inspiration till förändringar. Läs om skillnaden mellan självkänsla och självförtroende i skriften "Självförtroende - som växer". Pekka Idman, docent i pedagogik och leg psykolog

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

När du upptäcker din inre styrka kan inget & ingen stoppa dig

Om man inte har det naturligt så krävs det ofta en del ... att bygga vårt självkänsla och ... 22år att hitta styrkan och inre frid. Reply. ...

Självkänsla - vägled hypnos för inre styrka (Ljudbok nedladdning, 2017 ...

Med hjälp av enkla tekniker får du tillgång till dina inre resurser. ... sin självkänsla och sina ... En viktig faktor i mental styrka är att snabbt komma ...

Självkänsla - vägled hypnos för inre styrka (lj - Bokon

☐ Klicka här för att prenumerera på min YouTubekana ☐ <https://www.youtube.com/channel/UCZ8k...> ☐
Du hittar mig också på: ☐ Bloggen: [http ...](http...)

Självkänsla : en inre styrka

LÄS MER