

Tags: Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning MOBI download; Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning ladda ner pdf e-bok; Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning las online bok; Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning e-bok apple; Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning epub books download; Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning bok pdf svenska

Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning PDF E-BOK

Olof Röhlander



Författare: Olof Röhlander

ISBN-10: 9789186719456

Språk: Svenska

Filstorlek: 1396 KB

BESKRIVNING

EXTRA! Inkluderar författarintervju - Storyn bakom boken En utmaning, ett träningspass, ett mål, ett projekt, ett samtal, ett möte, en arbetsuppgift, stor som liten. Fråga dig själv: If you could do better - should you? Bara du har svaret. Det där är en riktig vinnarskalle har vi alla hört, men vad innebär det egentligen? Är det något vi alla har inom oss om vi bara kan locka fram det? Att ha vinnarskalle är att sätta straffen och vinna matchen. Det är också att ta tag i surdegar på jobbet och att lyfta blicken mot högre mål, att stå upp för sig själv, släppa ovidkommande tankar och våga gå sin egen väg. Att ha vinnarskalle handlar om inställningen till livet och hur vi tänker kring det som sker, såväl mot- som medgångar. Att ha vinnarskalle innebär att inse att de flesta av våra problem är mentala, det vill säga att de oftast sitter i huvudet. Du kan i högre grad än vad du tror påverka ditt liv och din framtid. Det är upplevelsen av livet som är livet. Vinnarskalle och mental styrka kommer inifrån och det är en träningsbar färdighet. Här delar Olof Röhlander med sig av konkreta råd, intressanta principer och konstruktiva tankar för att bli en vinnarskalle och för att hantera problem och hinder på vägen. **SMÅKPROV PÅ INNEHÅLLET**- Vad är en vinnarskalle?- Skapa din egen vinnarskalle- Dansa inte bara för att någonsäger dansa- Var målstyrd istället för resursstyrd- Definiera din egen framgång 24 tillfällen då MPL kommer till användning (Mental problemlösning MPL) **OM FÖRFATTAREN/UPPLÄSAREN** Olof Röhlander har ett förflutet som elitsspelare i bordtennis, men sadlade om till licensierad mental tränare och certifierad coach och är nu en av Sveriges mest populära föreläsare. Olof figurerar ofta i media när det talas om människors mentala kapacitet och han utsågs till Årets Talare av Talarforum 2011 och Årets föreläsare 2009 av SAI Förmedlingsbyrå. Olof Röhlander debuterade 2010 med den storsäljaren Det blir alltid som man tänkt sig - Handbok i mental styrketräning.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Bli en vinnarskalle : han... | Olof Röhlander | 240 SEK

Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning av Olof Röhlander. Inbunden bok. Bokförlaget Forum. Första upplagan uppl. 2012. 195 sidor

Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning - Röhlander Olof

2013, Pocket. Köp boken Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning hos oss!

Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning av Olof Röhlander | 33,00 kr

Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning | Olof Röhlander | ISBN: 9789186719449 | Kostenloser Versand für alle Bücher mit Versand und Verkauf durch Amazon.

Bli en vinnarskalle : handbok i mental träning

LÄS MER