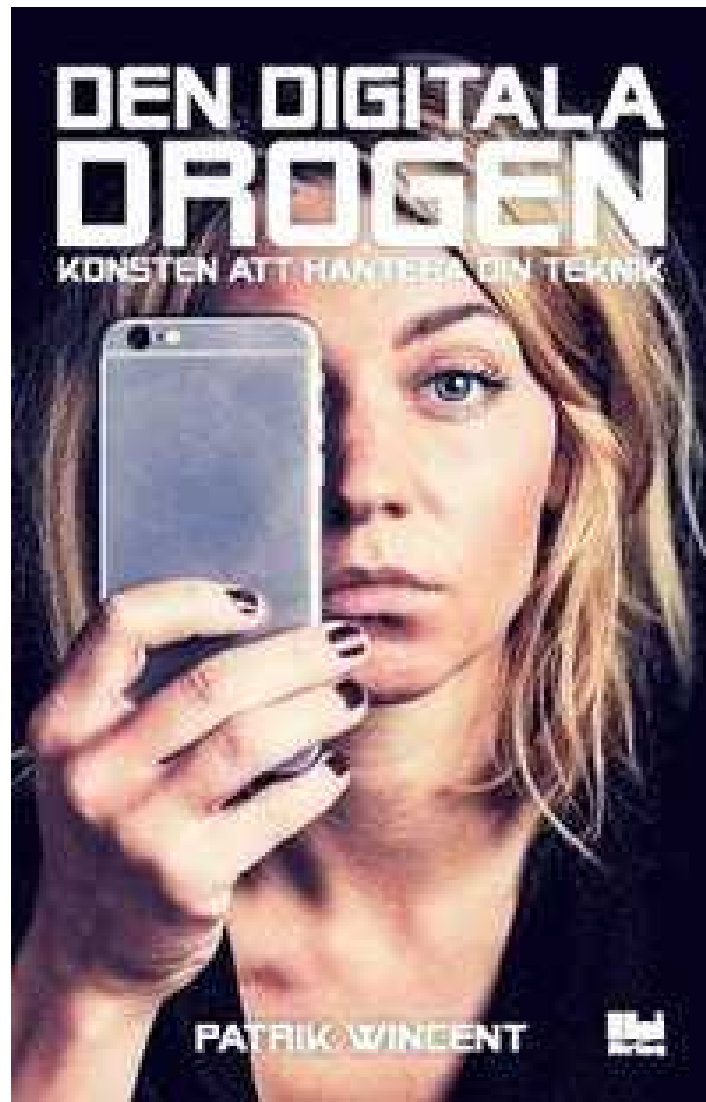


Tags: Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik bok pdf svenska; Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik e-bok apple; Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik MOBI download; Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik ladda ner pdf e-bok; Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik las online bok; Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik epub books download

Den digitala drogen : konsten att hantera din teknik PDF E-BOK

Patrik Wincent



Författare: Patrik Wincent
ISBN-10: 9789176971062
Språk: Svenska
Filstorlek: 2442 KB

BESKRIVNING

Vill du spendera mindre tid med din mobil och skapa mer tid att engagera och njuta av ditt verkliga liv? Utgångspunkten för denna bok är inte att skärmtittandet är något dåligt. Det är att vi ska kunna njuta av vår elektronik och använda den utan att förlora våra liv. Denna bok handlar om hur vi kan leva livet fullt ut och låta tekniken vara en frisk del av det i stället för en ohälsosam. Detta är den första boken av sitt slag, med ett förord av den världsledande experten inom området internetberoende, psykologen Kimberly Young. Boken hjälper dig att identifiera det digitala beroendet och förser dig med konkreta verktyg. Boken innehåller en introduktion kring internet- och mobilmissbruk, vetenskapliga studier, och berättar vad som händer med oss när vi överanvänder vår teknologi. Boken är avsedd för en bred publik: föräldrar, socialarbetare, lärare, elever, terapeuter och läkare. "Att bryta ett beroende är svårt, men den här boken har verkligen hjälpt mig. Och så skönt det är att ha något riktigt att läsa nu när jag inte längre kan scrolla upp och ner på Instagram när jag åker tunnelbana." - Henrik Schyffert, komiker

Det här är en Print on Demand utgåva

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Den digitala drogen : Konsten att hantera din teknik - Böcker - CDON.COM

Gör en bra affär på Den digitala drogen: Konsten att hantera din teknik (Flexband, 2016) Lägst pris just nu 89 kr bland 6 st butiker. Varje månad hjälper vi ...

Den digitala drogen : Konsten att hantera din teknik | Books I think I ...

Tekno's digital teknik ... Denna bok handlar om hur vi kan leva livet Pris på liknande produkter som Hoi Förlag AB Den digitala drogen : Konsten att hantera din ...

Den digitala drogen : Konsten att hantera din teknik - Patrik Wincent ...

Encuentra Den digitala drogen : Konsten att hantera din teknik de Patrik Wincent, Conny Palmkvist, Cecilia Pettersson (ISBN: 9789175578637) en Amazon. Envíos gratis ...

DEN DIGITALA DROGEN : KONSTEN ATT HANTERA DIN TEKNIK

LÄS MER