

Vanans makt PDF E-BOK

Maggan Hägglund,Doris Dahlin



Författare: Maggan Hägglund,Doris Dahlin

ISBN-10: 9789127135260

Språk: Svenska

Filstorlek: 2240 KB

BESKRIVNING

Vill du komma igång med träningen, bli mer effektiv, lansera en ny produkt, bygga upp ett framgångsrikt företag eller förändra världen? Allt börjar med att förstå vanans makt. Nästan hälften av allt vi gör går på ren vana. Vanor påverkar individens val, gruppers beteende och hela samhällens inriktning. Charles Duhigg har djupdykt i den senaste forskningen om hur vanor formas och hur de lagras i hjärnan. Med hjälp av många fascinerande exempel förklarar han varför kunskap om hur vanor fungerar hjälper dig att skapa bestående förändringar i både ditt och andras beteende.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Vanans makt... | Frihetssmedjan

En grupp vetenskapsmän placerade fem apor i en bur, och mitt ibland dem, i burens, en stege med bananer högst upp. V. arje gång en apa klättrade upp för stegen ...

Dopamin och vanans makt | Olssons universum

Pris: 250 kr. inbunden, 2014. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Vanans makt : varför vi gör som vi gör och hur vi kan ändra på det av Charles Duhigg (ISBN ...

vanans makt - översättning - Svenska-Engelska Ordbok - Glosbe

Ett nytt år betyder nya försök att börja träna, sluta röka, eller bli mer effektiv. Många misslyckas, men vanans makt kan användas för att uppfylla målen.

LÄS MER