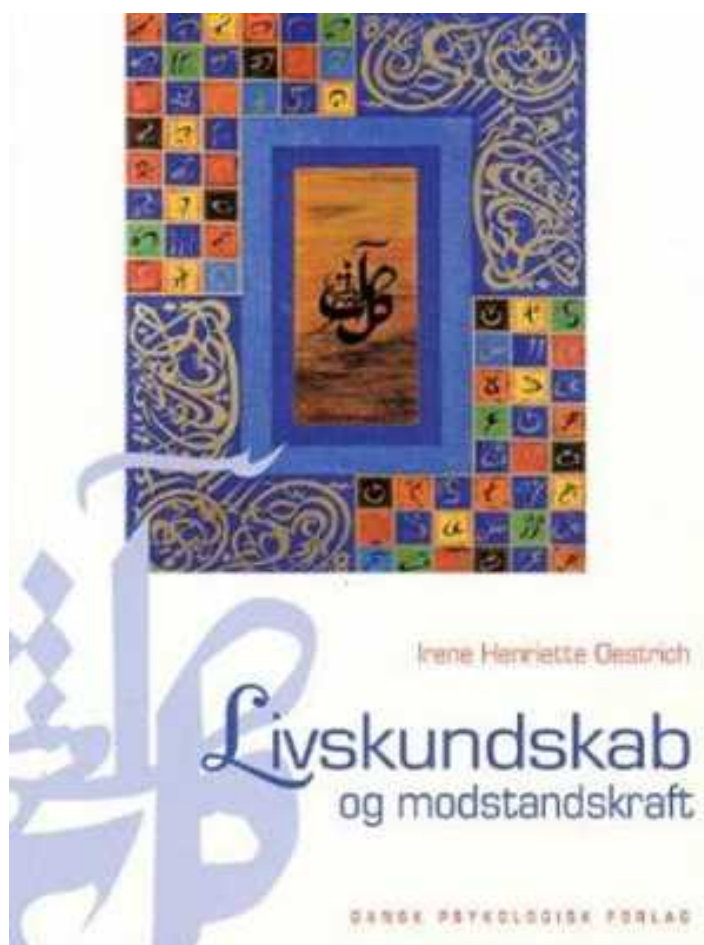


Søgeord: download Livskundskab og modstandskraft pdf bog, Livskundskab og modstandskraft mobi, Livskundskab og modstandskraft epub online gratis, Livskundskab og modstandskraft torrent, Livskundskab og modstandskraft læses online, digitaliseret Livskundskab og modstandskraft pdf

Livskundskab og modstandskraft PDF

Irene Henriette Oestrich



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Irene Henriette Oestrich

ISBN-10: 9788777062490

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4729 KB

BESKRIVELSE

Selv værd og livsglæde kommer ikke bare af sig selv. Det kræver både livskundskab og psykisk modstandskraft. Begge dele kan læres ved personlig træning. Irene Henriette Oestrich deler ud af sin viden, der er høstet gennem generationer, både om menneskers tanker, følelser og adfærd samt om moderne og fremtidsrettede metoder der er tilpasset de livsvilkår, vi lever under i dag. Hun viser desuden, hvor stor betydning det har at kende sine behov, udnytte sin sociale intelligens og opøve evnen til nærvær. Livskundskab og modstandskraft byder på et væld af ideer, eksempler og øvelser, som du kan bruge til at styrke den palette af færdigheder, der skal til for at overkomme tilværelsens utallige udfordringer samt konkrete metoder til at stoppe negative tanker og holde fokus på glæden i livet.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Litteraturliste Irene Henriette Oestrich: "Livskundskab og modstandskraft". 2008. Dansk psykologisk forlag. "Slip bekymringerne". 2009. Politikens forlag.

www.kopk.dk

Seneste leder November måned står i LÆGEDAGES tegn. Hver dag i uge 46 samles godt 1.000 læger og praksispersonale i Bella Centeret. Ny viden præsenteres, nye ...

LIVSKUNDSKAB OG MODSTANDSKRAFT

[Læs mere ...](#)