

Føl frygten - og gør det alligevel PDF

Susan J. Jeffers



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



Forfatter: Susan J. Jeffers
ISBN-10: 9788721013349
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 1847 KB

BESKRIVELSE

Hver gang vi tager en chance og vover os ind på ukendt territorium, oplever vi frygt. Meget ofte forhindrer denne frygt os i at komme videre i livet. Vores manglende evne til at håndtere frygten kan føles som et psykologisk problem, men er i virkeligheden et spørgsmål om at træne sindet. Vi må have styr på det indre sludrechatol - den lille indre stemme der til hver en tid er villig til at opregne et væld af hindringer for at vi kaster os ud i noget. Ved at blive bevidst om denne indre stemme kan vi lære at kontrollere den, og erstatte den med tillid til at vi kan klare enhver begivenhed vi kommer ud for. Bogen viser desuden hvordan vi slipper negativ programmering bliver bedre til at hævde os på en god måde højner vores selvagtelse opnår kontakt med vores indre kraft tager kontrol over vores liv Bogen giver en række metoder til at overvinde vores barrierer, så vi kan få det liv vi ønsker. Den viser hvordan vi ved hjælp af visualiseringer, bekræftelser og afklaringsarbejde kan vende frustration og hjælpeløshed til et liv med kraft og kreativitet. Susan Jeffers er psykolog og forfatter til en lang række bøger. Hun er leder af workshoper i USA, hvor hun med sine enkle, men dybtgående teknikker har hjulpet tusinder med at vende deres vrede til kærlighed, og deres ubeslutsomhed til handling.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Bog på dansk! Føl frygten - og gør det alligevel Beskrivelse Hver gang vi tager en chance og vover os ind på ukendt territorium, oplever vi frygt. Meget...

Hjælp til formater Lydbogsformater MP3. MP3 er et standard lydformat uden tekst, der kan downloades og afspilles på en MP3-afspiller, computer, smartphone og tablet.

Forfatter: Susan J. Jeffers, Titel: Føl frygten - og gør det alligevel, Pris: 238,95 kr., Kategori: Bøger, Format: Hæftet

FØL FRYGTEN - OG GØR DET ALLIGEVEL

[Læs mere ...](#)