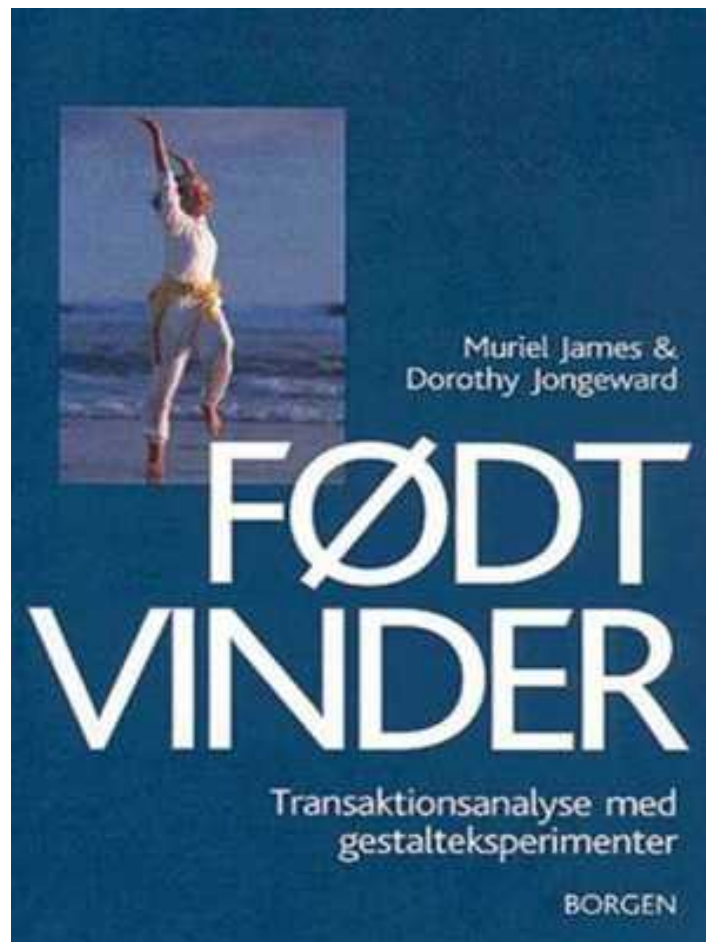


Født vinder PDF

Muriel James



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



Forfatter: Muriel James
ISBN-10: 9788741868875
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 2582 KB

BESKRIVELSE

FØDT VINDER er en arbejdsbog. Hvis du arbejder den grundigt igennem, får du udvidet dit kendskab til dig selv, til dine problematiske følelser og adfærdsmønstre, og du fåen opskrift på at ÆNDRE disse i positiv og livsbekræftende retning. Efter hvert kapitel med en teori følger en serie øvelser, der trin for trin tager dig med på en opdagelsesrejse ind i dit eget sind. Teorien og øvelserne bygger på Fritz Perls' gestaltterapi og Eric Bernes' transaktionsanalyse, der her præsenteres som en syntese til hverdagsbrug. Transaktionsanalysen vil styrke din evne til at styre dit eget liv i stedet for at lade det dirigere af psykologiske reaktionsmønstre, du har læst i barndommen, og den vil styrke din evne til selvstændighed, opmærksomhed og intimitet. Gestaltterapi arbejder med at forene de spaltede personlighedsdele, der er i konflikt med hinanden, og med at føre dig ind til dine ægte følelser.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Født Vinder bog: - Transaktionsanalyse med gestalteksperimenter FØDT VINDER er en arbejdsbog. Hvis du arbejder den grundigt igennem, får du udvidet d...

1995 - I Armenien vinder det Danmarks fodboldlandshold 2-0 over Armenien i en kvalifikationskamp til ... 1977 - Elvis Presley, amerikansk sanger (født 1935).

Hvad skal der til for at vinde i sport psykologisk set? Er det noget, man er født med eller opdraget til? Det vil professor Bøje Larsen svare på i denne og de ...

FØDT VINDER

[Læs mere ...](#)