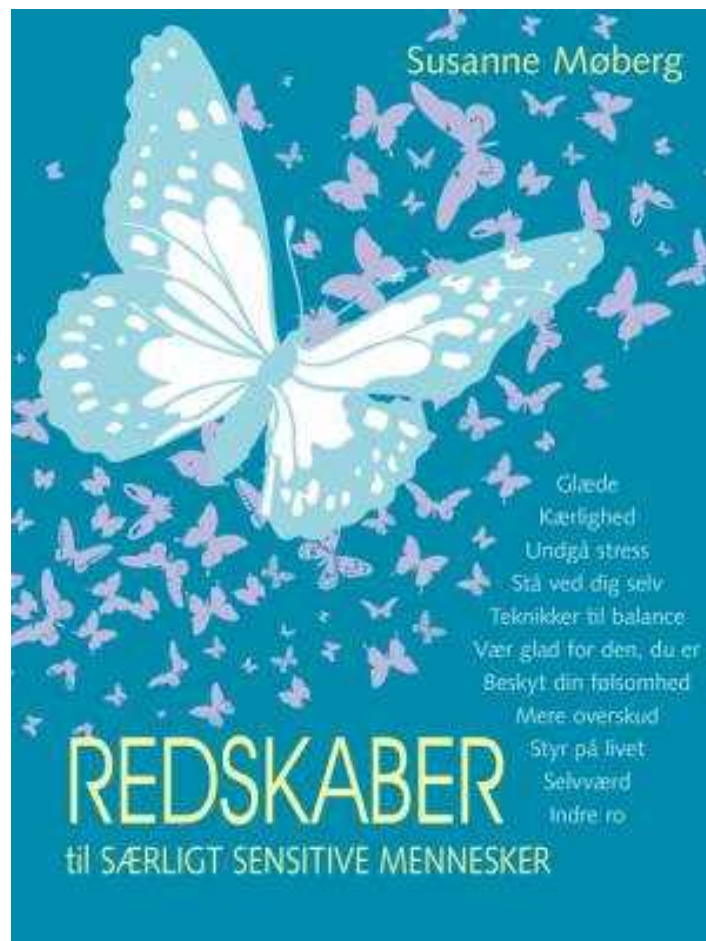


Søgeord: download Redskaber til særligt sensitive mennesker pdfbøg, Redskaber til særligt sensitive mennesker mobi, Redskaber til særligt sensitive mennesker epub online gratis, Redskaber til særligt sensitive mennesker torrent, Redskaber til særligt sensitive mennesker læses online, digitaliseret Redskaber til særligt sensitive mennesker pdf

Redskaber til særligt sensitive mennesker PDF

Susanne Møberg



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



Forfatter: Susanne Møberg

ISBN-10: 9788798899372

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2123 KB

BESKRIVELSE

REDSKABER til særligt sensitive mennesker På grund af en biologisk forskel i nervesystemet er særligt sensitive mennesker mere modtagelige over for indtryk og stimuli. De fornemmer stemninger og andre menneskers sindstilstand; de tænker mere over tingene og tager indtrykkene dybere ind. Det gælder både de positive indtryk, der nærer den indre ro, glæden og selvværdet, og de negative indtryk, der tærer på den indre ro, glæden og selvværdet. Der hører mange kærlige, kreative og intuitive kvaliteter til det sensitive karaktertræk, og man er disponeret for at leve et meningsfuldt liv fyldt med glæde og kærlige relationer. Men man er samtidig mere disponeret for at føle sig overstimuleret, udmattet og stresset, fordi der ganske enkelt skal mindre til, før det sker. Om det er en glæde eller en pestilens at være særligt sensitiv, handler derfor i høj grad om modet til at stå ved sig selv og om evnen til at beskytte følsomheden med sunde vaner, der reducerer og forebygger overstimulering, udmattelse og stress i dagligdagen. I Redskaber til særligt sensitive mennesker får du redskaber til at håndtere de udfordringer, særligt sensitive oplever i dagligdagen – både privat og på job. Du får redskaber til at beskytte din følsomhed og finde indre ro og mere overskud. Du inspireres til at styrke dit selvværd ved at udfolde fordelene i din sensitivitet, at være glad for den, du er, og få det bedste frem i dig selv. Kort sagt, her får du redskaber til at finde glæden ved at være særligt sensitiv. Susanne Møberg er bestsellerforfatter til flere bøger om personlig udvikling og intuitiv maling. Har specialiseret sig i det særligt sensitive karaktertræk og har udgivet i samme serie: Er du også særligt sensitiv? 2009 Mindfulness for særligt sensitive mennesker 2010 samt Mod til selvværd - især for særligt sensitive mennesker 2011. Susanne Møberg er en flittig kursus- og foredragsholder og har egne virksomhed med personlig coaching og vejledning. www.moeberg.dk

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Nogle mennesker bliver mere end andre, påvirket af verden omkring dem. De kan føle sig generet af lyde, lugte, kraftigt lys og f.eks. føle sig påvirket og ...

Men hvis ikke særligt sensitive mennesker forstår at forebygge og håndtere overstimulering, ... Det kan være en stor lettelse at få kendskab til det sensitive ...

Søg i alle. Søg i alle; Bøger. Kategorier

REDSKABER TIL SÆRLIGT SENSITIVE MENNESKER

[Læs mere ...](#)