

Husk det som er vigtigt PDF

Barbara Berger



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



Forfatter: Barbara Berger
ISBN-10: 9788790297374
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 1420 KB

BESKRIVELSE

Sunde samtaler med dig selv ... Vi har alle samtaler med os selv kørende i vores hoved. Men hvor mange af disse samtaler er sunde og hensigtsmæssige? Hvor mange fører til stress og hvor mange fører til sindsro og lykke? I denne enkle, men kraftfulde bog, baseret på hendes mangeårige arbejde med klienter, fortæller Barbara hvordan du kan føre sunde samtaler med dig selv om blandt andet: - Forskellen mellem virkeligheden og din tankegang - Dine følelser og hvordan du har det - Hvem der er ansvarlig for hvordan andre har det - Parforhold, familie, forældre og børn - At passe på dig selv, sige nej og sætte grænser - At have urealistiske forventninger til livet - At finde gaven i udfordringer og svære tider - At være tilstede i dit liv nu - Hvad der skal til for at være lykkelig Kort sagt: Hvordan du i løbet af din dag kan huske det som er vigtigt. Barbara Berger bor i København og er forfatter til mere end 15 bøger, blandt andet den internationale bestseller "Vejen til kraft – fast food til sjælen" (udkommet på 30 sprog), "Er du lykkelig nu?" (14 sprog) og "Det vågne menneske". For mere, se www.beamteam.com

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Sunde samtaler med dig selv ... Vi har alle samtaler med os selv kørende i vores hoved. Men hvor mange af disse samtaler er sunde og hensigtsmæssige? Hvor mange ...

Sunde samtaler med dig selv ... Vi har alle samtaler med os selv kørende i vores hoved. Men hvor mange af disse samtaler er sunde og hensigtsmæssige? Hvor mange ...

Forfatter: Barbara Berger, Titel: Husk det som er vigtigt, Pris: 124,95 kr., Kategori: Bøger, Format: Paperback

HUSK DET SOM ER VIGTIGT

[Læs mere ...](#)