

Søgeord: download Hemmeligheden bag En god dag pdfbøg, Hemmeligheden bag En god dag mobi, Hemmeligheden bag En god dag epub online gratis, Hemmeligheden bag En god dag torrent, Hemmeligheden bag En god dag læses online, digitaliseret Hemmeligheden bag En god dag pdf

---

## Hemmeligheden bag En god dag PDF

Klement Trabolt



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



Forfatter: Klement Trabolt

ISBN-10: 9788799858101

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2680 KB

## BESKRIVELSE

”Alle mennesker vil hellere have gode dage end dårlige dage, men vi er ikke bevidste om, at det ikke nødvendigvis er udefrakommende faktorer som afgør om det er en god eller dårlig dag, det kan i ligeså høj grad være vores egen måde at tænke og reagere på”, siger Klement Trabolt. ”Et positivt fokus vil bidrage til mindre stress, mere overskud og flere successer, og det interessante er, at vi selv kan styre det fokus hvis vi først lærer det og bliver bevidste om det”. Bogen er opbygget i tre afsnit – i første del fortæller Klement Trabolt om sin egen opvækst og karriere, herunder også op- og nedture samt skuffelser. Det skaber et godt og troværdigt fundament for bogens andel del, som fokuserer mere på læseren, og hvad man selv kan gøre for at opbygge de nye og langt mere konstruktive og positive tankemønstre. I sidste del af bogen er der øvelser, og dermed leverer bogen en meget holistisk tilgang til emnet – fra det filosofiske og teoretiske til det meget konkrete og handlingsorienterede. Mange selvhjælpsbøger fokuserer primært på kvinder, men Klement Trabolt har i høj grad også skrevet den nye bog med fokus på mænd. ”Grundlæggende er der ikke forskel på øvelserne i forhold til om man er mand eller kvinde, men måden budskabet eller opgaverne serveres på, kan betyde meget, og derfor har jeg fx valgt flere visuelle hjælpemidler i bogen, fordi det tiltaler mænd”, forklarer Klement Trabolt. Formålet med bogen er at inspirere og hjælpe læseren til et mere positivt livssyn. Det vil kickstarte andre processer, herunder også påvirke omgivelserne, og på den måde kan en forholdsvis lille forandring, skabe store resultater.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Hemmeligheden bag en sixpack ... da det lykkeds mig at få en løbeskade på dag 6. ... men det er en god ide at sprede måltiderne ud over dagen og i det hele taget ...

En bog, en tekst kræver, at man har en god oversætter til ens eget sprog. ... Hvad er hemmeligheden bag den gode oversættelse? ... I dag skriver jeg fortsat ...

Hemmeligheden bag et godt team. Harvard business review udgav i 2016 en god artikel vedrørende teams, ... da teams i dag er mere forskelligartede, ...

## HEMMELIGHEDEN BAG EN GOD DAG

[Læs mere ...](#)