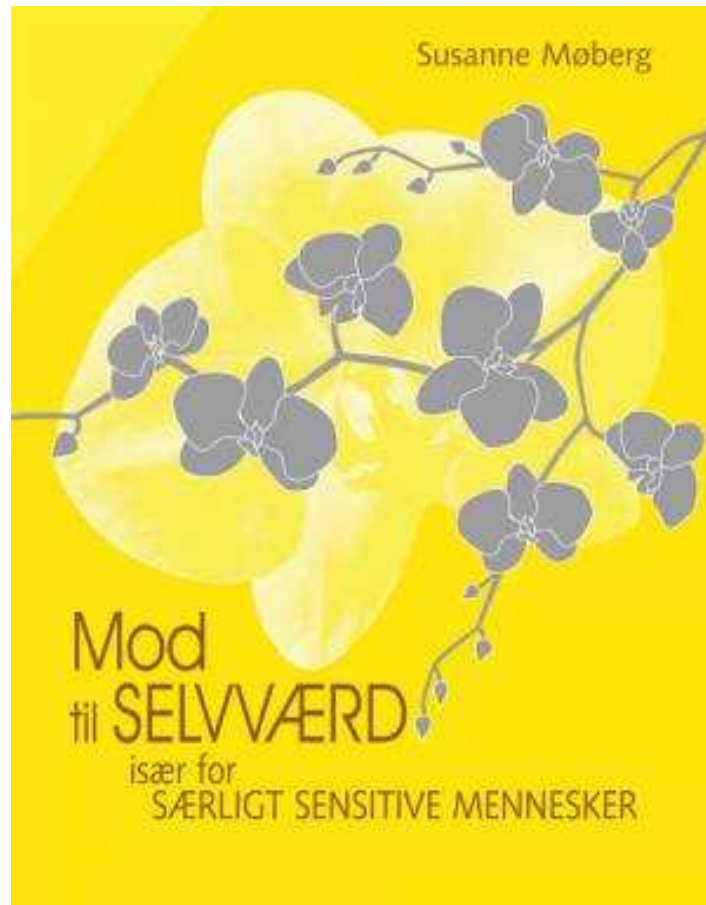


MOD TIL SELVVÆRD PDF

Susanne Møberg



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



Forfatter: Susanne Møberg

ISBN-10: 9788798899365

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4393 KB

BESKRIVELSE

MOD TIL SELVVÆRD er for dig, der ønsker at styrke dit selvværd og finde den indre ro – og er indstillet på selv at gøre en indsats. Selvværd er ikke noget, der kommer af sig selv. Et godt selvværd er personligt, og det skal næres og plejes. Selvværdet er en indre følelse, som hænger sammen med din identitet og din fornemmelse af, hvem du er som menneske - uafhængig af dine præstationer. Selvværdet handler om, hvordan det føles at være dig. Bogen opmuntrer og inspirerer dig til at være glad for den, du er og til at få det bedste frem i dig selv - til glæde for dig selv og for andre mennesker. Bogen er skrevet især til særligt sensitive mennesker, men kan læses af alle, der ønsker inspiration og mod til at styrke selvværdet.

www.moeberg.dk Susanne Møberg Uddrag fra lektøruddtalelse fra DBC: Uddrag fra lektøruddtalelse fra DBC Møberg har gjort det til sin hjertesag at udbrede kendskabet til de særligt sensitives karaktertræk, og har allerede udgivet 2 bøger om sensitive personer. Denne vil blive lige så efterspurgt som de 2 forrige, og af samme læserskare, som ikke kun omfatter særligt sensitive. I denne tredje bog fra Møberg om særligt sensitives ressourcer og særlige problemer handler det om at stå ved sig selv og at styrke selvværdsfølelsen. Særligt sensitive overstimuleres hurtigere end andre, reagerer kraftigere på påvirkninger og stimuli, og forsøger mere ihærdigt end andre at leve op til forventninger, hvorfor de kan komme langt væk fra sig selv. Møberg forklarer på sin vanlige saglige, ligetil og indsigtfulde måde hvordan særligt sensitive oplever verden og håndterer den, og mange vil føle sig forstået af forfatteren. Der er gentagelser fra de tidligere udgivelser, og læsere kan stige på her, men vil nok blive ansporet til at læse tilbage. Det er en god brugsbog der kræver en aktiv indsats, da læseren via mange guidede spørgsmål opfordres til at overveje og arbejde med sit eget selvværd, vaner, tanker og overbevisninger. Endnu en god brugsbog/selvhjælpsbog fra Møberg om særligt sensitive personer. Denne bog inspirerer og ansporer læseren til at arbejde med eget selvværd. Grethe Lorentzen

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Der er mange ting, der bliver sværere hvis selvværdet ikke er godt. Her får du information om selvværd og lærer 7 metoder til at styrke det.

Her kan du lære om selvværd og selvtillid, og få 4 nyttige råd hvis du har brug for at styrke dit selvværd og din selvtillid. Læs mere her

Forfatter: Susanne Møberg, Titel: MOD TIL SELVVÆRD, Pris: 216,95 kr., Kategori: Bøger, Format Hæftet

MOD TIL SELVVÆRD

[Læs mere ...](#)