

## Flow i hverdagen PDF

Frans Ørsted Andersen



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



Forfatter: Frans Ørsted Andersen

ISBN-10: 9788777068447

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1552 KB

## BESKRIVELSE

Med udgangspunkt i Mihaly Csikszentmihalyis flowteori giver forfatterne en indføring i flow og forklarer, hvordan vi bruger flow som et bevidst redskab til at navigere bedre i en stresset hverdag. Flow er en retning inden for positiv psykologi som tager udgangspunkt i det, som gør, at vi fungerer godt og kan udvikle vores potentiale. Flow kan opleves på forskellige måder og beskrives gerne som magiske øjeblikke. Det kan opstå i mødet med andre mennesker, på idrætsbanen, i jobsammenhæng eller gennem kulturelle oplevelser. I Flow i hverdagen møder vi mennesker som fortæller om deres forhold til flow. Forfatterne har bl.a. interviewet en fodboldtræner, en forfatter og en multikunstner, der fortæller hvordan de bruger flow bevidst i hverdagen. Indeholder også interviews med Mihaly Csikszentmihalyi, Antonella Delle Fave og Martin Seligman om deres flowforskning.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Forlaget skriver: Med udgangspunkt i Mihaly Csikszentmihalyis flowteori giver forfatterne en indføring i flow og forklarer, hvordan vi bruger flow som et bevidst ...

Polyteknisk Boghandel - fag- og studiebøger til det professionelle Danmark

Detaljer om bogen. Bogtype: Paperback, udgivelsesår: 2013, udgave: 1 ISBN: 9788777068447  
Beskrivelse: Med udgangspunkt i Mihaly ...

## FLOW I HVERDAGEN

[Læs mere ...](#)