

Tags: Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet e-bok apple; Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet ladda ner pdf e-bok; Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet las online bok; Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet MOBI download; Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet bok pdf svenska; Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet epub books download

Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet PDF E-BOK

Madeleine Åsbrink



Författare: Madeleine Åsbrink

ISBN-10: 9789137500560

Språk: Svenska

Filstorlek: 2710 KB

BESKRIVNING

Har livet blivit en kamp där krav, måsten och borden dominerar? Kanske är glädjen på väg att rinna bort eller har den försvunnit för länge sedan? Här är boken för dig som är på väg att bli, är eller har varit utbränd. Men givetvis även för alla andra som tenderar att springa ifrån sig själva. I Nystart i livet (2008) får läsaren lära sig mer om stress och de egentliga orsakerna bakom utbrändhet. Här finns många praktiska lära känna sig själv-övningar, bryta mönstret-tips och tänka rätt-förslag. Läsaren coachas fram till ett nytt, meningsfullare och ärligare liv. Madeleine Åsbrink delar också med sig av sina erfarenheter från sin egen utbrändhet och sin väg tillbaka till livet. Hon beskriver de osunda drivkrafterna: det eviga presterandet och oförmågan att älska sig själv, vad stress egentligen är och orsakerna bakom utbrändhet. Här finns ett program att följa med praktiska lära känna sig själv-övningar, bryta mönstret-tips och tänka rätt-förslag för att nå fram till ett nytt, meningsfullare och ärligare liv.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet ...

Köp Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet. Våga förstå, våga förändra, våga förnyaHar livet blivit en kamp där krav, måsten ...

Nystart i livet hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet ...

Biblioteksida för utlåning av e-böcker och ljudböcker

frkenduktig.blogg.se - När hjärnan inte orkar - Om hjärntrötthet

Madleine Åsbrink: Nystart i livet: Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet. Forum, 2008; inbunden bok med skyddsomslag, 232 sidor; boken är i gott skick

Nystart i livet : Hitta tillbaka till livsglädjen efter utbrändhet

LÄS MER