

Tags: Mera Självkänsla MOBI download; Mera Självkänsla epub books download; Mera Självkänsla ladda ner pdf e-bok; Mera Självkänsla las online bok; Mera Självkänsla e-bok apple; Mera Självkänsla bok pdf svenska

Mera Självkänsla PDF E-BOK

Mia Törnblom



Författare: Mia Törnblom
ISBN-10: 9789185553228
Språk: Svenska
Filstorlek: 2579 KB

BESKRIVNING

Mera självkänsla! är en efterlängtat fortsättning på Mia Törnbloms succébok Självkänsla nu! Hennes framgångsrika träningsprogram för att stärka och öva upp själen och självkänslan har fått ett enormt gensvar i alla åldrar. Här går Mia ett steg längre och visar med humor och stor insikt hur vi kan öka vår självkänsla i arbetslivet, i relationen till våra föräldrar och barn, och i vänskaps- och kärleksrelationer. Boken är fylld av enkla övningar och igenkännande exempel som Mia Törnblom hämtat från sitt arbete som kursledare och föreläsare. Mera självkänsla är en bok för den som vill gå vidare i sin personliga utveckling, men den fungerar också för den som inte vet vad skillnaden är mellan självkänsla och självförtroende. Boken är skriven för alla som vill börja vårda relationen till sig själva med lika mycket respekt och kärlek som de behandlar andra. "Mia har fått mig att förstå att en god självkänsla är grunden till kärleksfulla och lyckliga relationer. Hennes enkla knep för att stärka självkänslan har gjort mig till en tryggare förälder och en mer lyhörd partner och arbetsledare." Alice Bah Kuhnke

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Mera självkänsla, tack! | mobbning och psykisk ohälsa bland unga

Mera självkänsla! av Törnblom, Mia: År 2006 är det på tiden att du behandlar dig själv med lika mycket kärlek, respekt och omtanke som du behandlar andra du ...

Mera självkänsla - Mia Törnblom - Bok | Akademibokhandeln

2007, Pocket. Köp boken Mera självkänsla hos oss!

Tips för bättre självkänsla - Umo

Mera självkänsla! är en efterlängtat fortsättning på Mia Törnbloms succébok Självkänsla nu! Hennes framgångsrika träningsprogram för att stärka och öva ...

LÄS MER