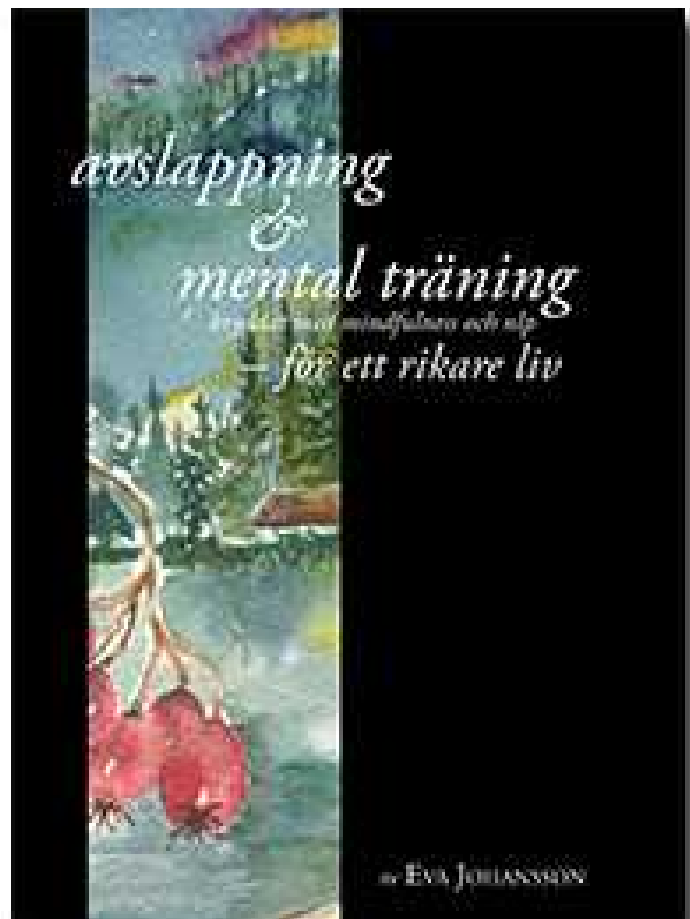


Tags: Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap las online bok; Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap e-bok apple; Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap bok pdf svenska; Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap ladda ner pdf e-bok; Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap MOBI download; Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap epub books download

Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap PDF E-BOK

Eva Johansson



Författare: Eva Johansson

ISBN-10: 9789163757600

Språk: Svenska

Filstorlek: 3802 KB

BESKRIVNING

Tänk om det är så att du med hjälp av dina tankar och inre bilder kan öppna dörrar till en värld av möjligheter att påverka ditt mående och innehållet i din framtid? Om det är så att kvaliteten på dina tankar också bestämmer kvaliteten på ditt liv? Vad skulle det kunna innebära för dig? Avslappning & Mental Träning - för ett rikare liv är en praktisk handledning i personlig utveckling. Boken är en hel verktygsbod för dig som vill mer än att harva runt och kan tänka dig att leva ett skönare, roligare, mer inspirerande och njutbart liv. Den, tillsammans med tillhörande cd-skiva, har förändrat livet till det bättre för många sedan den först kom. Nu har den kommit i sin femte upplaga och intresset för hur vi själva kan styra våra liv ökar hela tiden. Här får du på ett klart, konkret och lättförståeligt sätt de teoretiska grunderna till avslappning och mental träning. Du får bekanta dig med mindfulness och nlp. Lära dig om stress, stresshantering och titta närmare på din självbild. Du kommer att förstå vilken påverkan du har på din framtid och lära dig hur du tar dig dit du vill - nå dina mål - och får mer av det du vill ha i ditt liv.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Avslappning & Mental träning för ett rikare liv | Eva Johansson

Denna artikel ingår i en artikelserie i tio delar om medkänslans pedagogik - en metod för att skapa trygga individer och lugna barngrupper.

Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med ...

2015, Köp boken Avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap hos oss!

Trygga föräldrar - harmoniska barn : genom Mental träning för blivande ...

avslappning & mental träning - för ett tryggare liv: kryddat med mindfulness och nlp : en praktisk handledning i personligt ledarskap 9.

**AVSLAPPNING & MENTAL TRÄNING - FÖR ETT TRYGGARE LIV: KRYDDAT MED
MINDFULNESS OCH NLP : EN PRAKTISK HANDLENING I PERSONLIGT LEDARSKAP**

LÄS MER