

Tags: Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING las online bok; Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING ladda ner pdf e-bok; Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING epub books download; Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING e-bok apple; Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING MOBI download; Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING bok pdf svenska

---

## **Du är fri - Vägled mental träning -TONÅRING PDF E-BOK**

**Annalena Mellblom**



Författare: Annalena Mellblom

ISBN-10: 9789187959394

Språk: Svenska

Filstorlek: 2009 KB

## BESKRIVNING

#TryggaSuperKids/TonåringDU ÄR FRIDenna vägleda mentala träning vänder sig till dig som är tonåring. Att träna dig själv med hjälp av mental träning gör dig mer närvarande, trygg och ökar din självkänsla. Alla framgångsrika människor använder sig av mental träning, allt för inte låta negativa tankar och störande omständigheter stoppa den framgång som är till för dem. Och du kan göra det samma. Mental träning kommer att ge dig:- Du kommer enkelt kunna frigöra dig från hämmande och negativa tankar- Du frigör din egen kreativitet - Du känner dig tryggare och lugnare i alla olika situationer som uppstår i livet- Du får lättare att studera, när huvudet inte är fullt med tankar som oroar- Du sover bättre om nätterna- Du är lugn i andras närvaro, oavsätt deras beteende- Du glittar och är glad för att du är du Använd denna mentala träning med fördel: På morgonen Eftermiddagen Innan du ska sova Allt för att rena dina tankar och må bra Du väljer vad som känns bäst för dig - prova dig fram Forskning visar att barn och ungdomar som tränar mental träning har ökade förutsättningar i livet att kunna skapa sig hög personlig livskvalitet i alla olika situationer som livet ger. Denna mentala träning är med i serien -#TryggaSuperKids Vägledning av Annalena Mellblom

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

### Filosofi e-ljudbok - Biblioteken i Borås stad

Söker du efter "Nikotinfri med vägledd självhypnos" av Annalena Mellblom? Du kan sluta leta. Våra experter i antikvariat hjälper dig eftersöka boken - utan ...

### Vägledd Mental träning - Tillbaka till NUTID och skapa din framtid NU ...

Normal 0 21 false false false SV X-NONE X-NONEÄnglaspa Unna dig en lyxigstund under änglarnas vingar! Du kommer att få träffa änglar, änglar i mängder!

### Dito - Annalena Mellblom

Kjøp boken Vägledd Mental träning: Tillbaka till NUTID och skapa din framtid NU av Annalena Mellblom ... Alltid lave priser, fri frakt over 299,- | Adlibris

**DU ÄR FRI - VÄGLEDD MENTAL TRÄNING -TONÅRING**

***LÄS MER***