

Bryt ihop och kom igen! PDF E-BOK

Susanne Pettersson



Författare: Susanne Pettersson

ISBN-10: 9789143508093

Språk: Svenska

Filstorlek: 3773 KB

BESKRIVNING

Alla hamnar vi i svåra situationer ibland. Vad är det som gör att somliga bryter ihop medan andra oberörda går vidare efter kort tid? Susanne Pettersson visar hur man får tag i kraften inom sig och kommer igen när man har tappat fotfästet i tillvaron. Det avgörande är inte vad som händer utan hur vi väljer att handskas med det som har hänt. Bokens positiva budskap lyder: ?Vi kan alla lära oss att hantera svåra situationer så att vi i framtiden inte behöver bryta ihop för att komma igen.?Boken innehåller många exempel ur levande livet och ger prov på hur Susanne coachar vid olika svåra situationer som:- att mista jobbet- konflikter på arbetet eller hemma- att hantera sjukdomar- problem i nära relationer- att hantera skador inför träning och tävling- mobbning i skolan och på arbetsplatsen- att mista en anhörigSjälv har Susanne upplevt hur det är att gå vilse i livet, både privat och yrkesmässigt. Som ung lovande tennisspelare blev hon skadad och fick återvända från USA med spruckna drömmar. Väl hemma fick hon en chock när hon upptäckte att hon var förälskad i en kvinna. Hon som ville leva ett traditionellt familjeliv. Det blev inte som hon hade tänkt sig och i stunder var hon helt förkrossad. Idag har hon åter hittat hem och känner sig starkare, gladare och lyckligare än någonsin! I boken beskriver hon hur livet kan levas med full kraft och energi.Omslagsformgivare: Minna Wallin

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Livet är förändring: Bryt ihop och kom igen!

Susannes bok "Bryt ihop och kom igen" går att beställa på Forum . Susannes ljudcd "Har du bestämt dig" handlar om hur man både mår och presterar bra.

Försök inte förstå mig, älska mig bara: Bryt ihop och kom igen!

Det var väl själva fan att man ska behöva bryta en tävling för att bryta ett mönster och tänka om. Jag har varit lite för mesig mot mig själv den senaste tiden.

Bryt ihop och kom igen- gammalt material får nytt liv - sp.se

Igår kväll ville jag bara grina som en liten unge, det är liksom bara för mycket just nu. Jag skulle helst vilja ha lite tid och ro att fundera över det kommande ...

Bryt ihop och kom igen!

LÄS MER