

Tags: Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! bok pdf svenska; Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! e-bok apple; Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! epub books download; Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! las online bok; Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! ladda ner pdf e-bok; Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! MOBI download

Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! PDF E-BOK

Johanna Wahlgren,Madeleine De Jong



Författare: Johanna Wahlgren,Madeleine De Jong

ISBN-10: 9789198439007

Språk: Svenska

Filstorlek: 2910 KB

BESKRIVNING

Vilken skatt att få kunskap i hur man kan hantera den stora rädslan för att vara ensam Susan Billmark, författare till succéboken "Lär dig leva" Denna bok fick betyg 4 av 5 från BTJ. Den utbredda ensamheten diskuteras ofta men det talas sällan om vad individen kan göra åt sin ensamhet. I denna bok tar Johanna och Madeleine bort tabun från känslan de flesta haft men få berättar om. Ensamhet i relationen, bland vänner, på fritiden, på jobbet, i skolan eller hos barnen. De visar hur vanligt det är och hjälper läsaren att förstå orsaker och hitta lösningar. De ger hjälp till egen reflektion och konkreta tips om hur man kan hitta sin personliga strategi för att hantera ensamhet. De skriver om social, känslomässig och existentiell ensamhet, om att känna sig annorlunda och om betydelsen av olika personlighet. I boken blandas fakta med personliga berättelser från vuxna och barn. Du får bland annat insikt om hur kommunikation, tankar och beteenden påverkar känslan av ensamhet och vad du själv kan göra för att få ett socialt och känslomässigt rikare liv. "I kategorin självhjälpslitteratur är Du är inte ensam om att känna dig ensam! en lättläst, konkret och hoppfull bok som balanserar bra mellan yta och djup, nyansering och konkret vägledning." / Ur Håkan Stenows recension i BTJ-häfte 12, helhetsbetyg 4 av 5.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Är du ensam i jul? - Svenska kyrkan

Du vaknar upp på morgonen efter en heldag med dina vänner men hinner inte ens resa dig ... att du har autofobi är att du känner ... att vara ensam 15 minuter om ...

Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! - adlibris.com

Är jag ensam om att vara ensam eller känna så här i ... så skulle jag gärna vilja träffa dig! ... så illa är det väl inte ☐ Om du som bor utanför ...

Känna sig ensam | ensam och singel att leva i ensamhet

Är man verkligen ensam bara för att man inte har en partner? Är man ensam om man är utan kärlek? Hur slutar man känna sig ensam? Bättra din självkärlek!

DU ÄR INTE ENSAM OM ATT KÄNNA DIG ENSAM!

LÄS MER