

Trefwoorden: Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties download gratis pdf, Hoe krijg ik meer grip op mijn emotiesboek pdf gratis, Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties lees online, Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties torrent, Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties epub gratis in het Nederlands, Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties mobi compleet

Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties PDF

Sheri van Dijk



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: Sheri van Dijk
ISBN-10: 9789085606512
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2695 KB

OMSCHRIJVING

Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties 1e druk is een boek van Sheri van Dijk uitgegeven bij Cadans. ISBN 9789085606512 Zonder emoties zou het leven nogal saai zijn, maar emoties en gevoelens kunnen ook een heel eigen leven gaan leiden. Ze kunnen je leven bij wijze van spreken overnemen. School lukt niet meer, relaties gaan stroef, je drinkt te veel of gebruikt drugs om weer een goed gevoel te krijgen. Met technieken uit de dialectische gedragstherapie in dit helpboek ontwikkel je meer zelfvertrouwen en vaardigheden om op te kunnen tegen de ups en downs in je leven. De technieken helpen je om kalm te blijven in moeilijke situaties, om te gaan met emoties die uit de hand lopen, de pijn te verlichten van heftige emoties en beter om te gaan met familie en vrienden.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Hoe krijg ik meer grip van Sheri van Dijk? Vergelijk boek Prijzen van Hoe krijg ik meer grip op mijn emoties op Prijsvergelijk. De prijs vergelijk site!

Biologie Interactief / VMBO Bovenbouw B K9 / deel Werkboekkatern Leerjaar 3/4 pdf download (Bert van den Berg)

Zonder emoties zou het leven nogal saai zijn, maar emoties en gevoelens kunnen ook een heel eigen leven gaan leiden. Ze kunnen je leven bij wijze van spreken overnemen.

HOE KRIJG IK MEER GRIP OP MIJN EMOTIES

[Lees verder...](#)