

## Att handskas med ilska PDF

Thomas Erikson



*Det här är bara ett utdrag ur Att handskas med ilska bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Thomas Erikson

ISBN-10: 9789144050232

Språk: Svenska

Filesize: 3912 KB

**BESKRIVNING**

Hur visar du din ilska? Brusar du upp? Sjuder du i det tysta? Eller låtsas du att du inte alls är arg? och hoppas att känslan går över? Att handskas med ilska handlar om att lära sig visa sin ilska på ett sunt sätt. Boken beskriver de 11 vanligaste ilskestilarna och värdet av att kunna anpassa sin stil efter situationen. Språket är lättbegripligt och humoristiskt, och författarna delar generöst med sig av sina mångåriga erfarenheter som psykologer och psykoterapeuter.

**VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?**

Gör en bra affär på Att handskas med ilska (Häftad, 2009) Lägst pris just nu 279 kr bland 6 st butiker. Varje månad hjälper vi över 1,2 miljoner svenskar att ...

Pris: 297 kr. Häftad, 2009. Skickas inom 5-8 vardagar. Köp Att handskas med ilska av Ronald T Potter-Efron, Patricia S Potter-Efron på Bokus.com.

Hur man handskas med ilska Ilska är en naturlig känsla som alla utom de mest at-fred människor upplever någon gång i sitt liv. Du kan bli arg på grund av en ...

**ATT HANDSKAS MED ILSKA**

[Fortsätt läsa...](#)