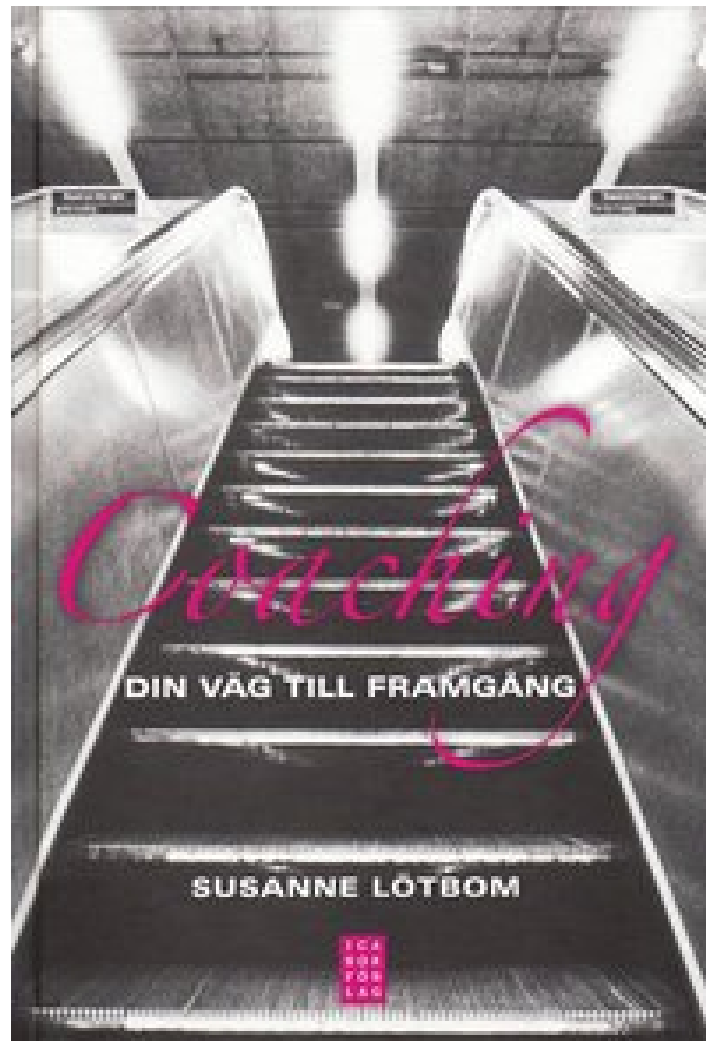


Keywords: Coaching : din väg till framgång PDF pdf bok på svenska, ladda ner Coaching : din väg till framgång ePUB, Coaching : din väg till framgång las online, Coaching : din väg till framgång download

Coaching : din väg till framgång PDF

Christian Ax, Håkan Kullén



Det här är bara ett utdrag ur Coaching : din väg till framgång bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Christian Ax, Håkan Kullén

ISBN-10: 9789153432692

Språk: Svenska

Filesize: 4123 KB

BESKRIVNING

I boken får du hjälp att coacha dig själv till bättre prestationer och ökat välbefinnande. Metoderna bygger på den mentala träningens grunder. Genom att ta kontroll över dina mentala processer får du en grundläggande och bestående förändring. I boken Coaching din väg till framgång får du hjälp att coacha dig själv till bättre prestationer och ökat välbefinnande. Metoderna bygger på den mentala träningens grunder. Genom att ta kontroll över dina mentala processer får du en grundläggande och bestående förändring. Bokens viktigaste poäng är att den besvarar frågan: HUR gör man för att uppnå en förändring som är konstant? Många böcker ger aha-upplevelser, insikter och en hel del tips men kanske inget regelrätt och konkret program. Här kan man följa ett dag-för-dag-program som ger en varaktig förändring. I bokens första del får du en teoretisk grund, men också en hel del praktiska tips och övningar. Den andra delen innehåller två olika träningsprogram som du enkelt kan följa. Det första träningsprogrammet syftar till att sänka din grundspänningsnivå samt till att förbättra din självkänsla och ditt självförtroende. Det andra programmet hjälper dig att nå ditt specifika mål vare sig det handlar om att byta jobb, gå ner i vikt eller att springa fortare. Du kan coacha dig själv till framgång i ditt liv. Vad som är framgång för dig det vet bara du!

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Pris: 209 kr. Inbunden, 2009. Finns i lager. Köp Coaching : din väg till framgång av Susanne Lötbom på Bokus.com.

Coaching är en samtalsmetod och ... möjligheter att ta ansvar för ditt eget liv och din egen framgång. ... dig hitta den vägen till framgång som ...

Misslyckas - en väg till framgång. ... Det svaret är grunden för din utveckling. - Man behöver bli sin egen mentala tränare om man inte har hjälp utifrån.

COACHING : DIN VÄG TILL FRAMGÅNG

[Fortsätt läsa...](#)