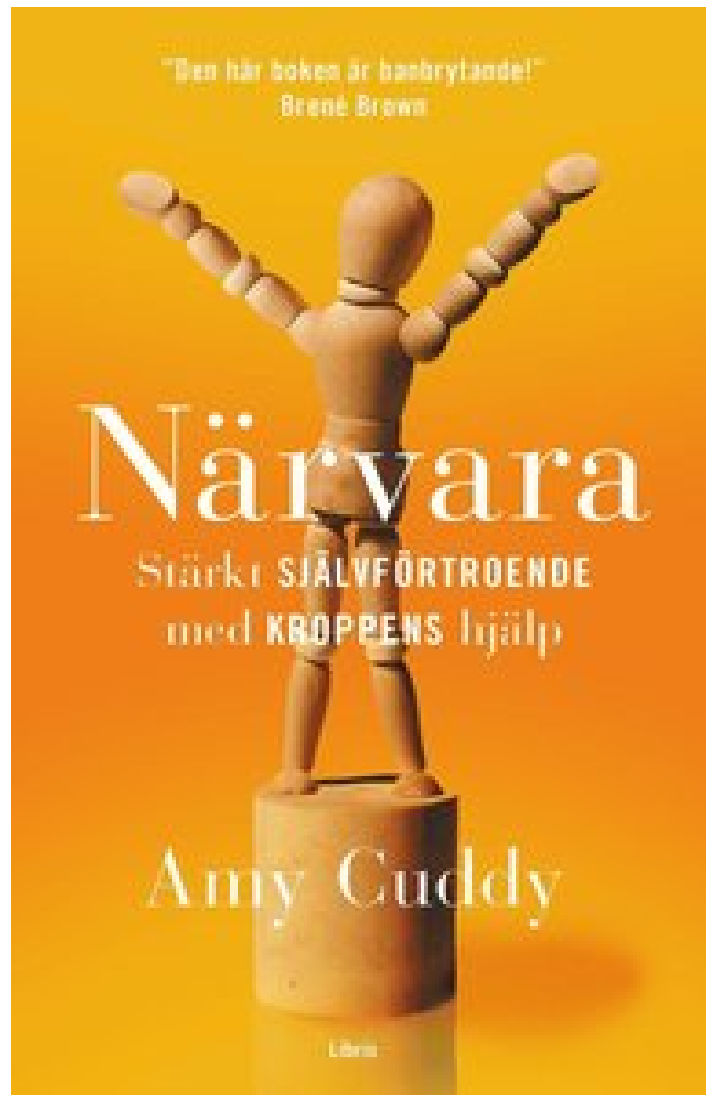


Keywords: Närvara : stärkt självförtroende med kroppens hjälp PDF pdfbok på svenska, ladda ner Närvara : stärkt självförtroende med kroppens hjälp ePUB, Närvara : stärkt självförtroende med kroppens hjälp las online, Närvara : stärkt självförtroende med kroppens hjälp download

Närvara : stärkt självförtroende med kroppens hjälp PDF

Jessamy Hibberd, Jo Usmar



Det här är bara ett utdrag ur Närvara : stärkt självförtroende med kroppens hjälp bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Jessamy Hibberd, Jo Usmar

ISBN-10: 9789173874823

Språk: Svenska

Filesize: 3520 KB

BESKRIVNING

Om inte du tror på dig själv - hur ska då någon annan kunna göra det? Harvardpsykologen och TED-stjärnan Amy Cuddy avslöjar hur man tar fram sitt modigaste jag för att öka sitt självförtroende, inspirera andra och prestera på topp. Känner du igen känslan av att lämna en tuff utmaning och direkt önskat att du kunde få göra om den? Kanske efter en jobbintervju, en presentation eller en utmanande diskussion? Precis när man som bäst behöver vara genuin och självsäker känner man sig falsk och osäker. Allt för ofta närmar vi oss våra livs största utmaningar med rädsla, utför dem med oro och lämnar dem med ånger. Men genom att ta fram vår egen inre styrka kan vi istället skapa närvaro, så att vi slutar att oro oss över vilket intryck vi gör på andra och istället fokuserar på vilket intryck vi gör på oss själva. Amy Cuddys revolutionerande bok avslöjar hur du med enkla knep kan möta dagen lite mer självsäker än tidigare. Hon presenterar fascinerande forskning bakom kroppsspråkets påverkan på människor. Något så enkelt som att ställa oss i en självsäker pose - trots att självsäkra är det sista vi känner oss - kan förändra både vår uppfattning om oss själva och vilket intryck vi gör på andra. Varje läsare kommer att lära sig hur man tar sig an sina största utmaningar med självförtroende istället för skräck, och lämna med tillfredsställelse istället för ånger. "Amy Cuddy gör världen till en modigare plats. Genom att väva samman vetenskap, praktiska exempel och livsberättelser, visar Cuddy hur man genom att ta sitt modigaste och mest autentiska jag in i utmanande situationer inspirerar andra att göra detsamma. Den här boken är banbrytande!" Brené Brown, författare till *Resa sig stark* Amy Cuddy är känd runt världen för sitt 2012 TED Talk om kroppsspråk, som är det näst mest sedda i TEDs historia. Hon är professor vid Harvard Business School och psykolog. Cuddy har bland annat fokuserat på hur icke-verbala beteenden och oöverlagda omdömen påverkar människor. Hennes forskning har uppmärksammats i flera framstående tidningar som New York Times, Wall Street Journal, The Economist med flera.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Om inte du tror på dig själv - hur ska då någon annan kunna göra det? Harvardpsykologen och TED-stjärnan Amy Cuddy avslöjar hur man tar fram sitt modigaste jag ...

Suomen suurimmasta e-kirjakaupasta löydät maan laajimman e-kirja- ja äänikirjavalikoiman. Osta kirja Elisa Kirja -palvelusta milloin vain ja luet tai kuuntelet ...

NÄRVARA : STÄRKT SJÄLVFÖRTROENDE MED KROPPENS HJÄLP

[Fortsätt läsa...](#)