

Keywords: Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! PDF pdf bok på svenska, ladda ner Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! ePUB, Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! las online, Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! download

Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! PDF

John C Parkin



Det här är bara ett utdrag ur Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: John C Parkin
ISBN-10: 9789198439007
Språk: Svenska
Filesize: 1793 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?

Pris: 278 kr. inbunden, 2018. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Du är inte ensam om att känna dig ENSAM! av Johanna Wahlgren, Madeleine de Jong (ISBN ...

ELITSINGLAR tipsar om hur du tar dig ut ur ... Att känna sig ensam är ... Acceptera inbjudningar till sociala sammankomster även om du inte känner för att ...

Den ensamheten som inte har någonting alls att göra med andra människor utan som handlar om att du inte känner dig ... Jag är så van att vara ensam alltså ...

DU ÄR INTE ENSAM OM ATT KÄNNA DIG ENSAM!

[Fortsätt läsa...](#)