

Tags: Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje las online bok; Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje epub books download; Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje bok pdf svenska; Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje MOBI download; Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje ladda ner pdf e-bok; Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje e-bok apple

Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje PDF E-BOK

Rasmus Hougaard,Martin Ström,Jens Näsström



Författare: Rasmus Hougaard,Martin Ström,Jens Näsström

ISBN-10: 9789127136724

Språk: Svenska

Filstorlek: 2883 KB

BESKRIVNING

Mindfulness är relativt nytt inom organisationspsykologi och fler och fler företagsledare får upp ögonen för metoden. Mindfulness på jobbet lönar sig, både på individnivå och på företag som helhet: stressnivåerna sjunker, man får färre sjukskrivningar, större engagemang hos de anställda, färre konflikter, mindre personalomsättning och högre nivåer av kreativitet och innovation. Fokus på jobbet visar hur man konkret kan göra för att bli mer närvarande i sitt arbete och i övriga delar av sitt liv. Metoden har sin grund i forskning och praktisk tillämpning på olika arbetsplatser. Mer intressant läsning hittar ni på <http://fokuspajobbet.se/> I ett Sverige där sjukskrivningarna ökar på grund av ett allt mer komplext och stressigt arbetsliv behövs lösningar på hur man kan arbeta förebyggande, och hur man kan ta sig tillbaka efter en sjukskrivning. I boken Fokus på Jobbet ger Sara Hultman och Martin Ström läsaren kunskap och handfast vägledning. Med hjälp av forskning och konkreta exempel visar de hur mindfulness kan användas i arbetslivet, till nytta för både individ och organisation. Ur juryns motivering till årets hr-bok 2014

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus ...

Köp 'Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje' bok nu.
Fokus på jobbet av Sara ...

fokus | Jämför pris på fokus online - Kelkoo

Jämför priser på fokus och handla fokus på nätet från bra webbutiker online. ... Visa resultat för 20%
eller mer (900) 40% eller mer (439) 60% eller mer ...

Hem - Fokus på jobbet

Fokus på jobbet : träna din hjärna med mindfulness för mer fokus, effektivitet och glädje.pdf --- Rasmus
Hougaard, Martin Ström, Jens Näsström --- 9789127136724

**FOKUS PÅ JOBBET : TRÄNA DIN HJÄRNA MED MINDFULNESS FÖR MER FOKUS,
EFFEKTIVITET OCH GLÄDJE**

LÄS MER