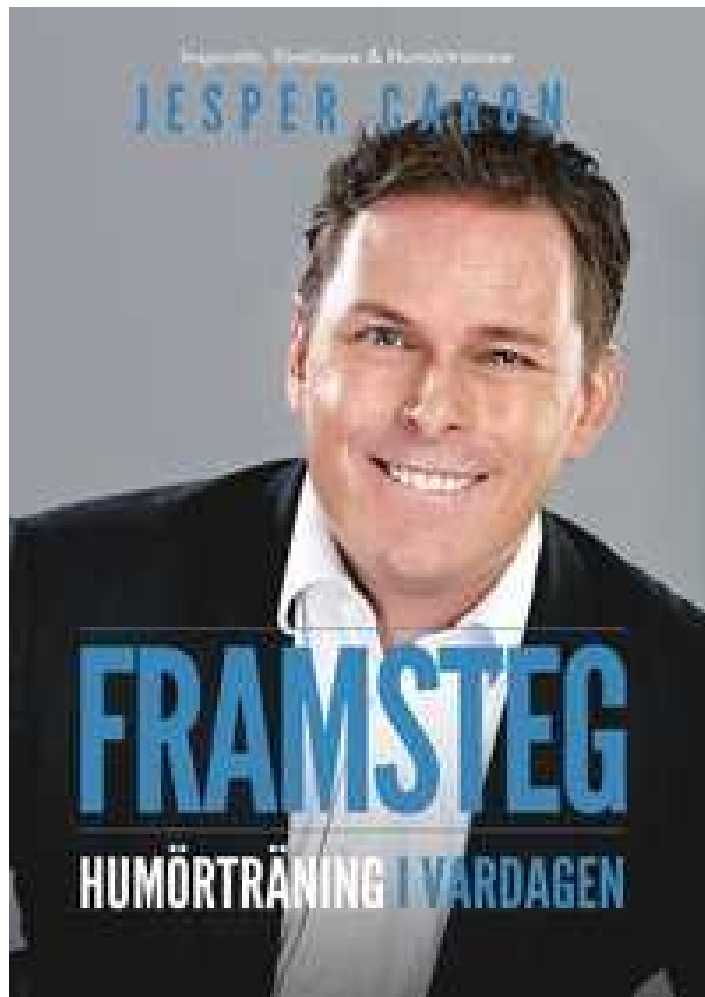


Tags: Framsteg : humörträning i vardagen bok pdf svenska; Framsteg : humörträning i vardagen e-bok apple; Framsteg : humörträning i vardagen MOBI download; Framsteg : humörträning i vardagen ladda ner pdf e-bok; Framsteg : humörträning i vardagen epub books download; Framsteg : humörträning i vardagen las online bok

Framsteg : humörträning i vardagen PDF E-BOK

Jesper Caron



Författare: Jesper Caron
ISBN-10: 9789198210217
Språk: Svenska
Filstorlek: 1761 KB

BESKRIVNING

Vilket humör man är på är ingenting man ska ta lätt på. Det är ingen tillfällighet varför vissa människor hänger läpp allt som oftast medan andra är som ett solsken jämt och ständigt. I den här banbrytande boken visar Jesper Caron upp ett antal faktorer som alla påverkar hur du mår. Det handlar alltså om mer än bara tankens kraft. Från den positiva psykologin vet vi idag att det finns ett stort antal faktorer som påverkar hur vi mår, alla är dessutom träningsbara. På ett lättsamt och tydligt sätt får du i den här boken över 100 tankar, idéer, historier och berättelser, metoder, reflektioner, beprövade strategier och träning för att göra ett rejält framsteg i att påverka ditt vardagliga humör på kort och lång sikt. Framsteg - Humörträning i vardagen är sprängfull med livskunskap som kommer att lyfta många människors liv. Jesper Caron anlitas regelbundet som föreläsare av många av de namnkunniga företagen i Sverige och internationellt. Han har idag föreläst, inspirerat och humörtränat 40 000 personer och personal på över 500 företag och organisationer. bl.a Massachusetts Institute of Technology och NASA i USA. Jesper driver även sidan "Framsteg" på Facebook som med jämna mellanrum rankas som Sveriges mest lästa Facebooksida. Boken Framsteg - Humörträning i vardagen är skriven på samma lätta och självklara stil som Jesper kommunicerar i sina föreläsningar och i sociala media.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ljudböcker | Ljudbok i olika format - Böcker - CDON.COM

Framsteg : humörträning i vardagen (Lydbok-CD) av författare Jesper Caron. Pris kr 279. Se flere bøker fra Jesper Caron.

FramStegen - vardag

FramStegen. En blogg som utforskar, upplever, uttrycker, skapar ... Den virtuella verkligheten har blivit en del av vår vardag, och blir det allt mera.

Framsteg humörträning i vardagen | Stockholms Stadsbibliotek

2017, CD-skiva. Köp boken Framsteg : humörträning i vardagen hos oss!

Framsteg : humörträning i vardagen

LÄS MER