

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

Framsteg : humörträning i vardagen PDF E-BOK

Jesper Caron



Författare: Jesper Caron
ISBN-10: 9789198210262
Språk: Svenska
Filstorlek: 1852 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. Uppläsare är Tomas Bolme. Ljudboken omfattar 6 CD skivor + kod för nedladdningSpeltid: 6 timmar och 38 minuter. Denna ljudbok är framtidssäkrad och inkluderar kod så du kan ladda ner ljudboken på en dator, surfplatta, telefon eller liknande.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?

Framsteg VIP public group | Facebook

Min bok "Framsteg - humorträning i vardagen" finns just nu till ett rabatterat pris på Adlibris bit.ly/adlibris2017jc och Bokus bit.ly/bokus2017jc ifall...

Framsteg VIP Julkinen ryhmä | Facebook

Gör en bra affär på Framsteg: humorträning i vardagen (Ljudbok CD, 2017) Lägst pris just nu 199 kr bland 5 st butiker. Varje månad hjälper vi över 1,2 ...

Framsteg : humorträning i vardagen - bokus.com

Varmt välkommen! Titti Schultz är känd från flera mycket populära morgonprogram i radio, RIXmorrnZoo på RIX FM och morgonprogrammet Vakna med NRJ.

Framsteg : humörträning i vardagen

LÄS MER