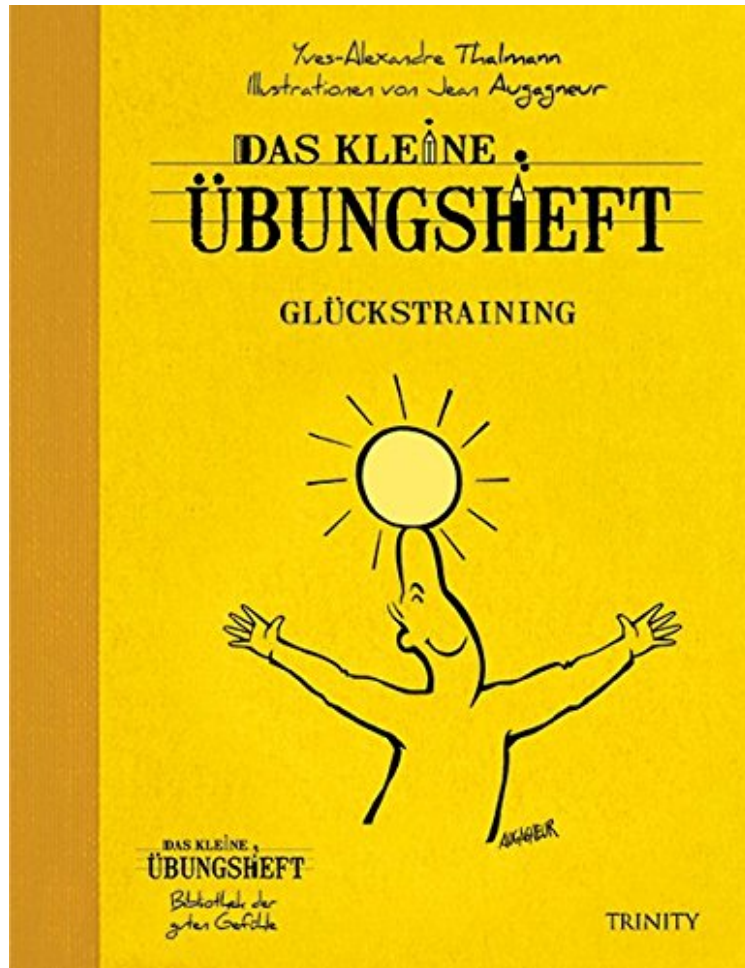


(Mobile pdf) Das kleine bungsheft - Glckstraining (Das kleine bungsheft, Bibliothek der guten Gefhle)

Das kleine bungsheft - Glckstraining (Das kleine bungsheft, Bibliothek der guten Gefhle)

Von Yves-Alexandre Thalmann, Jean Augagneur
*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation - Verkaufsrang: #119729 in BcherVerffentlicht am: 2012-03-12Abmessungen: 8.74 x .39b x 6.77l, .26 Pfund Einband: Taschenbuch64 Seiten | File size: 39.Mb

Von Yves-Alexandre Thalmann, Jean Augagneur : Das kleine bungsheft - Glckstraining (Das kleine bungsheft, Bibliothek der guten Gefhle) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das kleine bungsheft - Glckstraining (Das kleine bungsheft, Bibliothek der guten Gefhle):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen3 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. super Wegbegleiter fr den AlltagVon Tanja FuchsSchne, ansprechende, einfache Aufmachung - ein mutmachender Wegbegleiter fr den Alltag und fr das Berufsleben - ein toller Tipp meiner Therapeutin- danke!3 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. GeschenkVon Brigitte WenzlerIch habe das Buch geschenkt bekommen und es gleich noch zweimal bestellt zum verschenken. Der Titel verspricht nicht zu viel!1 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Nur AllgemeinpltzVon GePuIch fand andere Hefte aus der "Kleine bungsheft"-Reihe sehr nett,

dieses aber ist eine Enttäuschung. Die Tipps sind nur Allgemeinplätze, die Übungen taugen nichts.

Kurzbeschreibung Selbstbewusstes durchs Leben gehen, verborgene Talente entdecken, das Glück des Augenblicks erkennen? Mit den kleinen Übungsheften gelingt es auf besonders originelle und spielerische Weise, unser wahres Potenzial zu erschließen: Im Stil klassischer Schulhefte ausgestattet, steckt jedes Buch voller Anregungen, Fragebögen und Übungen und wird durch eigene Eintragungen zu einem individuellen Begleiter. Alle Themen wurden von qualifizierten Psychologen bzw. Lebensberatern konzipiert. Zahlreiche Illustrationen von Jean-Augagneur sorgen dafür, dass Witz und Charme auf dem Weg zur Transformation nicht zu kurz kommen. Die Minikurse eignen sich ideal zum Verschenken und Selbstaustüben denn oft braucht es nur ein paar kleine Impulse, um zum Regisseur des eigenen Wohlbefindens zu werden. Glück ist wie ein Muskel, der sich trainieren lässt: Indem man die positiven Aspekte stärkt; indem man schlechte Gewohnheiten abstreift; indem man die Dinge anders bewertet. Schritt für Schritt zu einem glücklicheren Lebensgefühl. Serotoninausstoß inklusive.