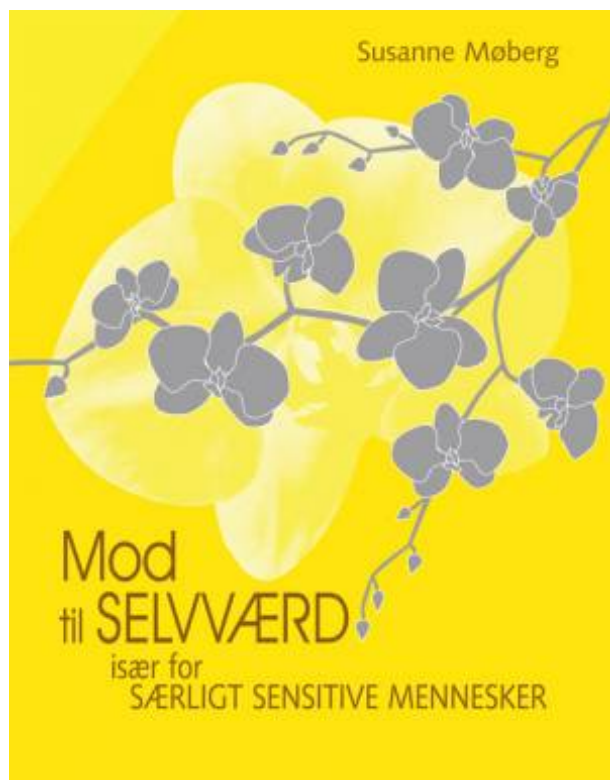


# MOD TIL SELVVÆRD



<b>ISBN:</b>	9788798899365
<b>Kategori:</b>	Sundhed
<b>Forfatter:</b>	Susanne Møberg
<b>Sprog:</b>	Dansk
<b>Forlag:</b>	Susanne Møberg
<b>Udgivet:</b>	22. november 2011

[MOD TIL SELVVÆRD.pdf](#)

[MOD TIL SELVVÆRD.epub](#)

MOD TIL SELVVÆRD er for dig, der ønsker at styrke dit selvværd og finde den indre ro – og er indstillet på selv at gøre en indsats. Selvværd er ikke noget, der kommer af sig selv. Et godt selvværd er personligt, og det skal næres og plejes. Selvværdet er en indre følelse, som hænger sammen med din identitet og din fornemmelse af, hvem du er som menneske - uafhængig af dine præstationer. Selvværdet handler om, hvordan det føles at være dig.

Bogen opmuntrer og inspirerer dig til at være glad for den, du er og til at få det bedste frem i dig selv - til glæde for dig selv og for andre mennesker. Bogen er skrevet især til særligt sensitive mennesker, men kan læses af alle, der ønsker inspiration og mod til at styrke selvværdet. [www.moeberg.dk](http://www.moeberg.dk) Susanne Møberg Uddrag fra lektøruddtalelse fra DBC: Uddrag fra lektøruddtalelse fra DBC Møberg har gjort det til sin hjertesag at udbrede kendskabet til de særligt sensitives karaktertræk, og har allerede udgivet 2 bøger om sensitive personer. Denne vil blive lige så efterspurgt som de 2 forrige, og af samme læserskare, som ikke kun omfatter særligt sensitive. I denne tredje bog fra Møberg om særligt sensitives ressourcer og særlige problemer handler det om at stå ved sig selv og at styrke selvværdsfølelsen. Særligt sensitive overstimuleres hurtigere end andre, reagerer kraftigere på påvirkninger og stimuli, og forsøger mere ihærdigt end andre at leve op til forventninger, hvorfor de kan komme langt væk fra sig selv. Møberg forklarer på sin vanlige saglige, ligetil og indsigtfulde måde hvordan særligt sensitive oplever verden og håndterer den, og mange vil føle sig forstået af forfatteren. Der er gentagelser fra de tidligere udgivelser, og læsere kan stige på her, men vil nok blive ansporet til at læse tilbage. Det er en god brugsbog der kræver en aktiv indsats, da læseren via mange guidede spørgsmål opfordres til at overveje og arbejde med sit eget selvværd, vaner, tanker og overbevisninger. Endnu

en god brugsbog/selvhjælpsbog fra Møberg om særligt sensitive personer. Denne bog inspirerer og ansporer læseren til at arbejde med eget selvværd. Grethe Lorentzen

Prøv gratis i 30 dage. Prøv gratis i 30 dage. År 2013. Book online eller 77334200. Fordi du søger inspirerende og professionel sparring, der kan støtte dig i din udvikling, så du med lethed og glæde finder mod og overskud til at realisere dit fulde potentiale. Borderlinenetværket fangruppe Fanside med mulighed for tilføjelse til ... Sendetid 19:00 - 19:45 Bólkur documentary Partur 1:5. Sigtet med psykoterapi er at hele de følelsesmæssige sår den enkelte har – og få skabt en struktur og retning i livet, som skaber balance og giver mening, i forhold til en selv, og de udfordringer der er – individuelt og i relation til andre. Prisvindende portal, der med høj pædagogisk faglighed samt film, lyd, billeder og tekst støtter læring gennem leg til de 0-6-årige. Fordi du søger inspirerende og professionel sparring, der kan støtte dig i din udvikling, så du med lethed og glæde finder mod og overskud til at realisere dit fulde potentiale. : Rygestop, flyskræk, væggtab, slankekur, overvægt, fobier, stress, neglebidning, lavt selvværd, særligt sensitive, indre uro, angstbehandling og angst for angsten, panikangst, mobning, præstationsangst, jalousi, eksamensskræk, astma, tvangstanker, sorg, dødsfald. Prøv gratis i 30 dage.

Styrk dit selvværd og begynd allerede i dag. Behandling mod angst, PTSD, klaustrofobi, araknofobi, depression mv. 6 mdr. Vi hjælper dig på vej til det nærmeste krisecenter, så du kan få den hjælp, du har brug for. Drømmens symbol kan referere til at du ønsker at servere noget på et 'sølvfad', måske din viden, dig selv, eller din ... Når du er pårørende til en person med depression eller bipolar lidelse, vil det variere, hvor meget du bliver involveret i vedkommendes sygdomsforløb og behandling. : Rygestop, flyskræk, væggtab, slankekur, overvægt, fobier, stress, neglebidning, lavt selvværd, særligt sensitive, indre uro, angstbehandling og angst for angsten, panikangst, mobning, præstationsangst, jalousi, eksamensskræk, astma, tvangstanker, sorg, dødsfald. Kognitiv psykolog med speciale i søvnproblemer, stress, Depression, Angst og fobier, Sorg og krise, chok og tab, Lavt selvværd, problemer i relationer – hjemme eller på ... Borderlineforum (åbent community) Samspil mellem alle interesserede i borderline-området.