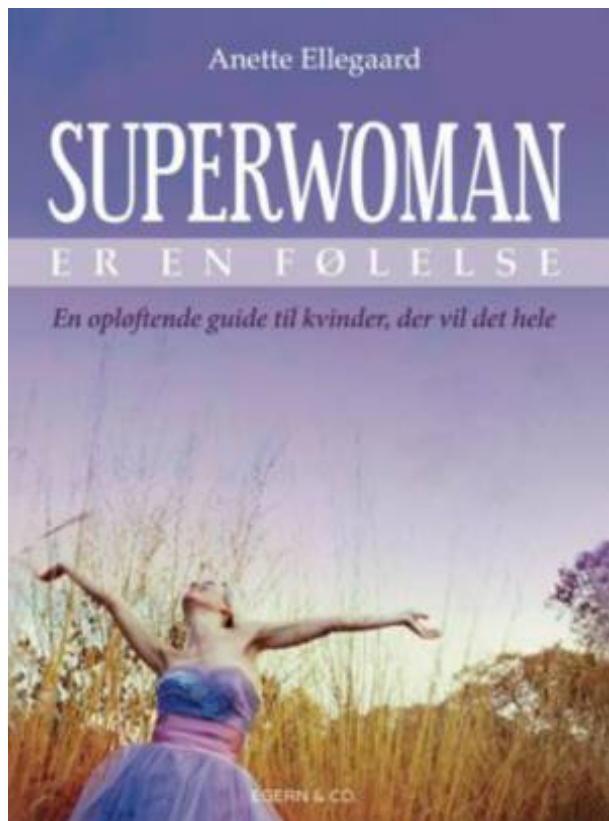


Superwoman er en følelse



ISBN:	9788799863006
Sprog:	Dansk
Forfatter:	Anette Ellegaard
Forlag:	Egern & Co
Kategori:	Sundhed
Udgivet:	1. juni 2016

[Superwoman er en følelse.pdf](#)

[Superwoman er en følelse.epub](#)

Har du nogensinde set på andre kvinder med succes og tænkt: Hvordan gør de? Og har du af og til ønsket, at du havde en manual til livet? SUPERWOMAN ER EN FØLELSE er en modig og inspirerende bog om at få det liv, du drømmer om. Det er ikke en bog om universets kraft eller andre højere magter, men en jordnær beskrivelse af, hvordan du kan opnå et liv med mere ro og glæde. En håndgribelig selvudviklingsguide til dig, der er klar til at kaste dit eget og damebladens glansbillede af den perfekte kvinde på bålet og bare blive mere dig. I SUPERWOMAN ER EN FØLELSE kan du læse om, hvordan du udvikler realistiske forventninger til dig selv og om de tre balancer, der har så stor betydning for dit velbefindende.

Det drejer sig om balancen mellem: Det indre og det ydre Kontrol og intuition Nuet og målet HVERT LIVSOMRÅDE - din krop, din familie, dit job, din økonomi osv., behandles i sit eget kapitel, og gennem 35 øvelser og mere end 100 refleksioner bliver du klogere på, hvordan du får karriere, kærlighed, børn, bolig og punkterede cykler til at gå op i en højere enhed - og på en måde hvor du ikke mister dig selv undervejs. Min bibel. Punktum. Maria Skytte, litteraturanmeldelser.dk Sjældent har jeg haft fat i en bog med så megen anvendelig viden og så mange givende erkendelser. Klar, direkte og lige i hjertekulen. Anna Iben Hollensberg, læge Bogen har ikke bare hjulpet mig, men også mange af mine coaching-klienter. Den taler til det helt rigtige sted i dig, og den kan noget, som jeg ikke har fundet i andre selvhjælpsbøger. Lykke Rix, coach Det har været en ren fryd at bekende mig til de blanke sider. Mange brikker er faldet på plads i den proces. Jeg kan kun sige, at ordet opløftende er det helt rigtige at bruge om denne bog. Senay Jensen, yogalærer Om forfatteren: Anette Ellegaard er læge med mange års erfaring i samtalerapi. Hun er gift på 18. år, mor til fire og forfatter til syv

børne- og ungdomsbøger, herunder den prisbelønnede serie Sandhedens Magt. I Superwoman er en følelse deler hun ikke bare ud af sin faglige viden, men fortæller også hudløst ærligt om sin rejse fra en opvækst i en socialt belastet familie til det liv, hun har i dag. Hun afslører, hvordan hun har nået sine mål, hvordan det ikke fik følelsen af utilstrækkelighed til at forsvinde, og hvad der skulle til for, at hun til sidst overvandt denne følelse. Læs mere på www.superwoman.one Bogens indhold: Indledning Sådan kan du bruge bogen DEL #1: FIND ROEN Kapitel 1 – Find roen Kapitel 2 – Det indre versus det ydre Kapitel 3 – Kontrol versus intuition Kapitel 4 – Nuet versus målet DEL #2: VÆLG DIG SELV Kapitel 5 – Vælg dig selv Kapitel 6 – Dig selv Kapitel 7 – Din krop og dit helbred Kapitel 8 – Beslutningen om at få børn Kapitel 9 – Livet i din familie Kapitel 10 – Dit parforhold Kapitel 11 – Dit hjem Kapitel 12 – Dine penge Kapitel 13 – Dine boligdrømme Kapitel 14 – Dit arbejdsliv Kapitel 15 – Dine andre mål Kapitel 16 – Kunsten at få det hele til at spille sammen i en helhed DEL #3: SUPERWOMAN ER EN FØLELSE Kapitel 17 – Anerkend dig selv Kapitel 18 – Du er ikke alene Kapitel 19 – Det gode liv Læs mere: www.superwoman.one

Er det 'uskyldig' latterliggøring. Noen mener de vet at de er gravide allerede før de har tatt en test, men det er også mange som ikke merker noen symptomer i det hele tatt de første ukene. Sondre Risholm Liverød er psykolog og spesialist i klinisk voksenpsykologi.

Sondre Risholm Liverød er psykolog og spesialist i klinisk voksenpsykologi. Hva er det du vil ha frem med dette stuntet. Hvor er det befriende læsning. Sveriges trevligaste längdskidblogg, Skidpepp, ditt andra hem om du är lika besatt av längdskidor som vi är. Er det en ting jeg aldri har tatt meg nær av så er det når mennesker har ment jeg ser godt ut, enten det var da jeg veide null og niks, var på vei opp i vekt. Han jobber som terapeut og teamleder ved en poliklinikk for gruppepsykoterapi ved. Hvis mor har en sterk følelse i forhold til hvilket kjønn babyen er, er det mer sannsynlig at hun har rett enn galt. men så begynte jeg å tenke litt. Noen mener de vet at de er gravide allerede før de har tatt en test, men det er også mange som ikke merker noen symptomer i det hele tatt de første ukene. Et hotelophold i en europæisk storby, et spaophold med velvære eller en tur i teatret. dk. Pavillon, Pavillon Jytas 169 m2 Pavillon er opstillet som midlertidigt undevisnings-lokale på en skole i 2002. Noen mener de vet at de er gravide allerede før de har tatt en test, men det er også mange som ikke merker noen symptomer i det hele tatt de første ukene. Oplevelsesgaver er der nok af hos sendentanke. Sondre Risholm Liverød er psykolog og spesialist i klinisk voksenpsykologi. Pavillon, Pavillon Jytas 169 m2 Pavillon er opstillet som midlertidigt undevisnings-lokale på en skole i 2002. Hvor er det befriende læsning.