



Leseprobe

Hanne H. Brorson

Keine Chance den Grübelviren

Wie man negative Gedanken
austrickst

Bestellen Sie mit einem Klick für 12,00 €



Seiten: 96

Erscheinungstermin: 25. Februar 2019

Lieferstatus: Lieferbar

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Hat der Chef nicht gerade komisch geguckt? Neulich auch schon mal? Aber er kann mich ohnehin nicht leiden ... Sie kennen das? Negative Gedankenkreise? Dann hat ein Grübelvirus wieder zugeschlagen. Diese fieseren Viecher infizieren unsere Wahrnehmung und führen unser Denken auf absonderliche Wege. Banale Beobachtungen und Erlebnisse werden zu Zeichen von kommenden Katastrophen und unausweichlichem Unglück. Hanne H. Brorson beschreibt kundig und unterhaltsam, welche Grübelviren es gibt und vor allem: mit welchen Gedanken-Vitaminen man sie austricksen kann. Eine kleine Hausapotheke für unser psychologisches Immunsystem – lebensklug und praktisch.



Autor

Hanne H. Brorson

Hanne H. Brorson, geboren 1981, ist Psychologin und Forscherin. Sie hat ihren Abschluss in klinischer Psychologie an der Universität Oslo/Norwegen gemacht. Dort sammelte sie auch Erfahrungen in der Behandlung von Suchtpatienten und Psychosen. Im Jahr 2013 erhielt sie den Forschungspreis (Forskningsprisen) des Psychologischen Instituts der Universität Oslo. 2016 wurde sie mit dem norwegischen Gesundheitspreis (Helseprisen) ausgezeichnet.

