

Søgeord: download At overvinde socialangst og generthed pdf bøg, At overvinde socialangst og generthed mobi, At overvinde socialangst og generthed epub online gratis, At overvinde socialangst og generthed torrent, At overvinde socialangst og generthed læses online, digitaliseret At overvinde socialangst og generthed pdf

At overvinde socialangst og generthed PDF

Gillian Butler



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Gillian Butler
ISBN-10: 9788779550117
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 1979 KB

BESKRIVELSE

Socialangst er en betegnelse for den angst og nervøsitet, der kan føre til, at man forsøger at undgå sociale situationer. Ved hjælp af kognitive teknikker kan man skridt for skridt overvinde de tanker, der hæmmer en sund og naturlig livsudfoldelse.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

At overvinde socialangst og generthed (bog) af forfatteren Gillian Butler | Psykologi/psykisk sundhed | Socialangst er en betegnelse for den angst og nervøsitet, der ...

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde At overvinde socialangst og generthed og en masse andre bøger til en god pris.

Når ens krop viser tegn på ophidselse og nervøsitet i en almindelig social situation, ... Gillian Butler: At overvinde socialangst og generthed.

AT OVERVINDE SOCIALANGST OG GENERTHED

[Læs mere ...](#)