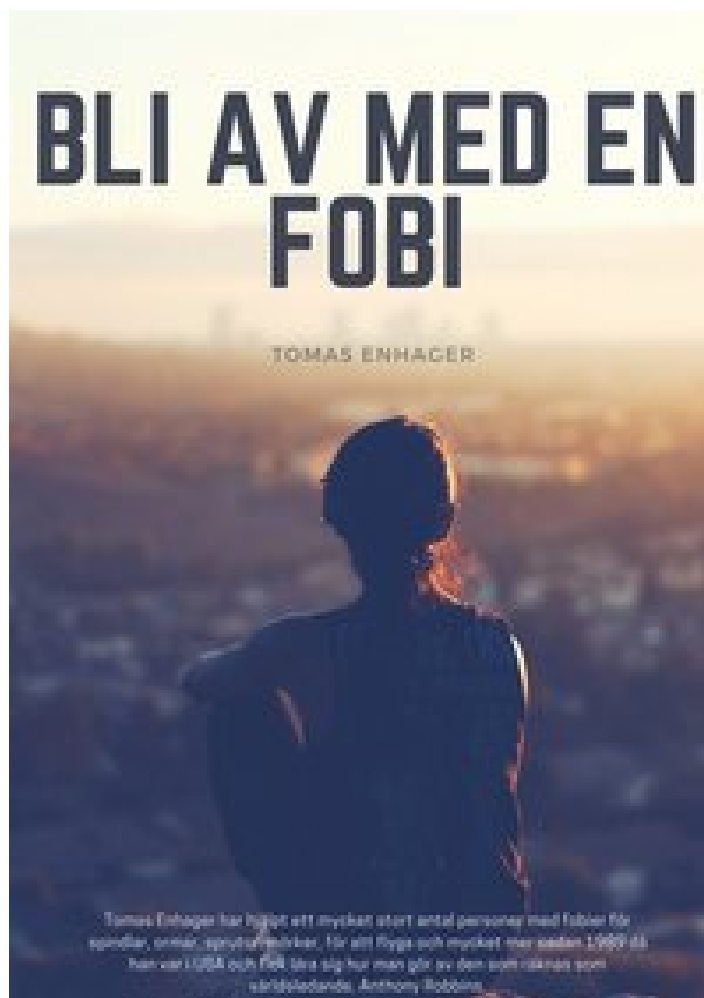


Bli av med en FOBI PDF

Tomas Enhager



Det här är bara ett utdrag ur Bli av med en FOBI bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Tomas Enhager

ISBN-10: 9789177470571

Språk: Svenska

Filesize: 3084 KB

BESKRIVNING

Bli av med en fobiHar du en fobi eller är du bara rädd? Oavsett går det att minska och faktiskt helt ta bort. Här är dina instruktioner. I det här spåret tar Tomas dig igenom den procedur som han brukar använda även för de mest svåra rädslor och fobier. Du lyssnar helt tryggt på Tomas röst och lever dig in i det han säger. Succesivt får du mer och mer distans till rädslorna, och ersätter dem med styrka och självförtroende. Du kan vänta dig att du faktiskt kan leva ditt liv utan att vara ett offer för rädslor eller din fobi, genom att lyssna på det här spåret och följa instruktionerna. Tomas Enhager har hjälpt ett mycket stort antal personer med fobier för spindlar, ormar, sprutor, mörker, för att flyga och mycket mer sedan 1989 då han var i USA och fick lära sig hur man gör av den som räknas som världsledande, Anthony Robbins. Tomas är aktiv i sitt bolag Enhager och Partners där han hjälper personer med allt ifrån fobier till djupa trauman. Sedan 1979 har han coachat, föreläst och utbildat inom personlig utveckling för toppresterande idrottare, musiker och artister, för ledare och säljare i näringslivet. Sedan 1979 har Tomas Enhager coachat, föreläst och utbildat inom personlig utveckling för toppresterande idrottare, musiker och artister, för ledare och säljare i näringslivet. Instruktion: Lyssna på Tomas spår i högtalare eller hörlurar när du sitter stilla och helst med slutna ögon.40 min 48 sec

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Klaustrofobi är en vanlig fobi som många känner till och upplever. ... Programmet 'Övervinn din klaustrofobi - bli av med din rädsla för trånga, ...

Du kan komma tillrätta med olika slags fobier under hypnos. Ibland behövs endast en session, ibland några fler beroende på typ av fobi och din personlighet.

När en person med en fobi blir utsatt för det hon eller han är rädd för ... De används ofta i början av en behandling medan man väntar på en ...

BLI AV MED EN FOBI

[Fortsätt läsa...](#)