

Tags: Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT e-bok apple; Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT MOBI download; Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT bok pdf svenska; Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT epub books download; Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT ladda ner pdf e-bok; Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT las online bok

Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT PDF E-BOK

Erik Matton,Fredrik Rosengren



Författare: Erik Matton,Fredrik Rosengren

ISBN-10: 9789127140141

Språk: Svenska

Filstorlek: 4921 KB

BESKRIVNING

Eriks flygrädsla har tagit över mer och mer. Vardagen planeras så att alla eventuella flygresor undviks, familjesemestrar sker via bil och tåg och varje gång en potentiell flygtur kommer på tal blir det otroligt jobbigt. Allt ställs på sin spets när hans sambo får ett spännande utlandsuppdrag. Man kan undvika att sätta sig i maskiner som färdas i luften, men att ta sig till Japan på annat sätt än med flygplan är inte möjligt. Den skräckslagne psykologen kom till en punkt där undvikandet blev ohållbart för familjelivet, för relationen, för hans eget fortsatta liv som blivit alltmer begränsat. Han bestämde sig för att utöva sina yrkeskunskaper på sig själv; att behandla sig med KBT för att kunna genomföra en långflygning. En bok för alla som har fobier och neuroser som hindrar oss från att leva det liv vi vill. I luften eller på marken. Sagt om Den skräckslagne psykologen: Ignorera din inre nödutgång, sitt kvar när det blir turbulent, lär dig av bevingade ord i denna ovanligt roliga självhjälpsbok. Jenny Lindh i M Magasin En ovanlig men övertygande självhjälpsbok. Ingalill Mosander i Aftonbladet Som flygrädd kommer du att ha stor glädje av denna bok - igenkänningsfaktorn är garanterat hög och boken erbjuder dessutom användbara verktyg på vägen mot förändring. Tidningen Beteendeterapeuten

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT - Elisa Kirja

Eriks flygrädsla har tagit över mer och mer. Vardagen planeras så att alla eventuella flygresor undviks, familjesemestrar sker via bil och tåg och varje gång en ...

Flygrädsla - Vårdfokus

2015, Inbunden. Köp boken Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT hos oss!

Matton Erik - Den Skräckslagne Psykologen - Botar Sin Flygrädsla Med ...

Den skräckslagne psykologen och ... göra upp med sin ovilja mot flygturer. I "Den skräckslagne psykologen botar sin flygrädsla med KBT" ...

DEN SKRÄCKSLAGNE PSYKOLOGEN BOTAR SIN FLYGRÄDSLÄ MED KBT

LÄS MER