

PAURA DEL DENTISTA ADDIO. I Segreti Per Vincere La Paura Del Dentista Una Volta Per Tutte e Tornare Finalmente A Sorridere



Data di pubblicazione: 21 luglio 2017

Editore: Bruno Editore

Autore: Laura Vedani

Lunghezza stampa: 74

Lingua: Italiano

PDF

Quando ci si reca dal dentista, il problema del dolore dovrebbe essere superato con tutti i

farmaci anestetici che abbiamo a disposizione, ma non è così. Chi soffre di ansia anticipatoria e di paura di sentire il dolore, amplifica la percezione del dolore stesso e di conseguenza la soglia del dolore cambia alimentando il senso di paura. In questo libro troverai strategie utili per sconfiggere una volta per tutte la paura del dentista, riuscendo a dire finalmente addio a questa spiacevole sensazione, così da vivere questa esperienza con serenità e tranquillità.

Paura Del Dentista Addio

COME CONOSCERE IL NEMICO, LA PAURA

- Perché provare dolore è la paura principale di chi si reca dal dentista.
- Il vero motivo per cui scatta il senso di paura.
- Cosa indica realmente il senso di paura nei confronti del dentista.

COME AFFRONTARE LA PAURA DEL DENTISTA

- Come trasformare questo ostacolo in opportunità.
- L'importanza di trovare una motivazione chiara, precisa e forte per superare la tua paura.
- Come affrontare la paura del dentista a piccoli passi.

COME FARE SE NON RIESCI DA SOLO

- L'importanza di scegliere un dentista preparato ed empatico che abbia capacità di comunicazione e psicologiche.
- Perché durante le cure avere un accompagnatore è utile ma non sempre consigliabile.
- Come affidarsi serenamente alle cure del dentista fiducia dopo averlo trovato.

COSA FARE SE RESISTI A TUTTO

- Perché in caso di una fobia resistente affidarsi ad uno psicologo può essere una soluzione ottimale.
- La tecnica EMDR: cos'è, in cosa consiste e perché è efficace per curare il senso di ansia.
- Come ottenere risultati tangibili con la tecnica EMDR.

<http://yep.pm/F46HEAid5/GZISEy90s.pdf.rar>