

```
window.yaContextCb.push(=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за курс.

- Взаимодействие психики и тела: управляя одним, развиваем другое.
- Жизнь без панических атак: распознаем и обезвреживаем источники стресса, повышаем стрессоустойчивость психики и тела.
- Условные рефлексy как основа повторных приступов: практические действия помогающие разорвать порочный круг.
- Что происходит внутри во время панических атак: в теле и голове?
- Учимся понимать сигналы вашего организма, как различные его системы реагируют на чувство тревоги и страха.
- Как помочь себе во время панических атак: учимся управлять симптомами.
- Учимся превращать возникшие сложности в положительный опыт и основу для последующих достижений.
- Разбираем стратегии на конкретных примерах. Выбираем стратегию индивидуально для вас.
- это по страхам тебе.

Автор курса Алена Дмитриева.

Дополнительную информацию смотрите на сайте курса: [Узнать подробности \(перейти на страницу курса\)](#)

** Карточка курса:** * Название: Гомеопатия страхов

Автор(ы): Дмитриева Алена

Формат курса: Курс

Цена: 3605 руб.

Способы доставки: Скачиваемая версия.

Партнерская программа: Есть

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

** Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),
издателя: Дмитриева Алена

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```