

استاندارد طلایی

در «ای اف تی»

نویسنده: گین کریگ

ترجمه و تالیف: محمود پورآزاد

زین
مکتب

۵۷۵-۱۷۷۷-۸۷۸۸۷۷۷

عنوان و نام پدیدآور: استاندارد طلایر در ارف ترا نویسنده: گری کریگ،

ترجمه: محمود پورآزاد

مصفحات نشر : تهران: ذیح زیبا، ۱۳۹۶

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۸۵۱-۲۹-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: پول، ثروت،

رده بندر کنگره : ۱۳۹۶ ۳۶ ک ۹ الف / ۴۸۹ RC

رده بندر دیویر : ۶۱۶/۸۹۱۴

شمار کتابشناسی ملی : ۴۹۷۷۳۶۲

استاندارد طلایر در «ای اف بی»

نویسنده: گری کریگ

ترجمه و تالیف: محمود پورآزاد

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

ناشر: ذهن زیبا

قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان

تهران - تهرانپارس - خیابان فرجام - خیابان سراج

کوچه شهید ذاکری - پلاک ۵۹

۷۷۷۱۹۸۲۸ - ۷۷۷۱۰۵۷۵

فهرست

تاریخچه.....	۷
درباره نویسندگان.....	۲۶
«ای اف تی» چیست؟.....	۳۷
فصل اول - دستورالعمل اصلی.....	۴۷
معرفی نقاط معارف بریدین روی بدن.....	۵۲
راهکارهای لازم برای شروع کار.....	۶۹
نقاط ضعف و قوت «ای اف تی» سنتی.....	۷۷
فصل دوم- ریشه‌یابی مشکل.....	۸۹
جنبه‌های پنهان فرآیند «ای اف تی».....	۹۴
آزمون ضربه‌زنی خود.....	۱۱۲
رویداد خاص.....	۱۱۹
تکنیک بیان داستان «ای اف تی».....	۱۳۳
چه چیزی باید در فرآیند «ای اف تی» بگویم.....	۱۴۵
روش کسب موفقیت با «ای اف تی».....	۱۶۷
فصل سوم - سطح پیشرفته: ابزارها و ظرافت‌های بیشتر.....	۱۶۹
تکنیک فیلم.....	۱۷۳
تکنیک شوک احساسی بدون گریه.....	۱۷۷
پیگیری درد - آرامش عمیق‌تر «ای اف تی».....	۱۸۱
چالش‌های رایج «ای اف تی».....	۱۸۵
تکنیک‌های پیشرفته‌ی تست کردن.....	۱۹۸
آزمایش سطح میز.....	۲۰۶

فصل چهارم - کسب ۲۰٪ دیگر از مزایای «ای اف تی»	۲۱۷
دیوار نوشته - یکی از مفاهیم «ای اف تی»	۲۲۰
کارشناسایی در فرآیند ضربه زنی «ای اف تی»	۲۵۶
فصل پنجم - صیقل دادن فرآیند و بسط دادن عبارت های گفتاری	۲۶۸
اختصاصی کردن عبارات تنظیمی	۲۷۱
استفاده از عبارت های مثبت با «ای اف تی»	۲۸۶
استفاده از شهود در فرآیند ضربه زنی «ای اف تی»	۳۰۷
سخن با سی	۳۱۹
«ای اف تی» برای سماری های مزمن	۳۲۱
فصل ششم - «ای اف تی آسان»	۳۲۷
«ای اف تی نیابتی»	۳۳۱
«ای اف تی عصرانه» برای کودکان	۳۳۴
بهبود عملکرد با ضربات «ای اف تی»	۳۳۷
جدول	۳۴۰

تذکر قانونی به خواننده:

قصد کتاب حاضر این نیست که جایگزین خدمات منحصصین حوزه ی سلامت شود. مؤلف / مترجم و ناشر هیچگونه مسوولیتی در قبال صحت و سقم ایده های طرح شده در این کتاب ندارند.

تمام محتویات درج شده در این کتاب فقط برای اطلاعات شما می باشد و نباید به عنوان توصیه و راهکار درمانی تلقی شود. خوانندگان برای هر مساله ای مربوط به سلامتی و تندرستی باید به متخصصین مربوطه رجوع کنند.