

# Gentlemen's Coach

## TESTA DIG SJÄLV OM JA på minst 8 = SJÄLSLIG ANOREXI

- Känner du dig ofta osäker i olika situationer
- Är det viktigt för dig att ha rätt saker såsom kläder mobil osv
- Är det viktigt för dig att se ut på rätt sätt
- Är du rädd för att göra bort dig inför andra
- Är du rädd för att inte vara som alla andra
- Jämför du dig ständigt med andra
- Försöker du att leva upp till andras förväntningar
- Känner du dig ofta stressad
- Ställer du dig sist och gör allt för att inte få uppmärksamhet.
- Snackar du mycket skit om andra
- Är du svartsjuk i dina förhållanden
- Gör du allt för att få uppmärksamhet
- Känner du många olika rädslor i olika situationer
- Känner du dig ofta orolig
- Vad andra tycker är viktigare än vad du tycker
- Känner du ofta ångest i olika situationer
- Känner du dig ofta otillräcklig
- Är du rädd för att andra ska tycka att du inte duger
- Känner du dig ofta ängslig
- Gör du ofta som dina kompisar tycker
- Tycker du ofta att livet är jobbigt att leva

Behöver du hjälp med att öka din självkänsla och leva mer från ditt autentiska jag?

Prova en coachingsession för endast 500kr (2000kr) om du svarat på den här enkäten om självkänsla och vill ta ditt liv till nästa nivå.

Klicka på Första samtal knappen och skriv i meddelandet 500kr självkänsla.

Lycka till

John Andreas  
Gentlemen's Coach