



Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung

Andreas Winter

↓ Download

📖 Online Lesen

Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung Andreas Winter

Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung. 70 Min.

Audio CD

Fast jeder Mensch fürchtet sich vor bestimmten Dingen oder Ereignissen: vor Krankheit, Arbeitsplatz- oder Partnerverlust, Ablehnung und Kritik oder einfach nur vor Fremden, Schlangen, Spinnen, Aufzügen oder einer Flugreise - diese Ängste blockieren uns im Alltag und beeinträchtigen unsere Lebensqualität. Menschen, die ohne Angst durchs Leben gehen, sind nachweislich gesünder, erfolgreicher, beliebter und vor allem glücklicher. Doch wie schafft man es, ohne langwierige Prozeduren seine Beklemmungen und Vorbehalte endgültig loszuwerden? Ängste verschwinden, indem wir sie verstehen! Wer die Ursache seiner Angst kennt, kann sie auf einfache und angenehme Art unschädlich machen und damit die Kontrolle über sein Leben zurückgewinnen. Sogar die gefürchteten Panikattacken und archetypische Ängste werden unschädlich gemacht. Andreas Winter hat eine Coaching-Traumreise entwickelt, bei der die bildhafte Erlebnisfähigkeit genutzt wird, um den eigenen Ängsten und Blockaden auf die zu Spur kommen. Mit dem von ihm selbst gesprochenen Hörbuch nimmt Winter den Hörer an die Hand, um herauszufinden, was hinter seiner Angst steckt und wie man sie wieder loswird. Erfahren auch Sie, wie es ist, ohne Angst zu leben! Inhalt der CD: 1. Einführung - ca. 15 Min. 2. Coaching-Traumreise - ca. 45 Min. Musik: Jens Pögel Sprecher: Andreas Winter

↓ [Download Was deine Angst dir sagen will \(Audio-CD\): Blockaden ve ...pdf](#)

📖 [Read Online Was deine Angst dir sagen will \(Audio-CD\): Blockaden ...pdf](#)

Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung

Andreas Winter

Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung Andreas Winter

Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung. 70 Min.

Audio CD

Fast jeder Mensch fürchtet sich vor bestimmten Dingen oder Ereignissen: vor Krankheit, Arbeitsplatz- oder Partnerverlust, Ablehnung und Kritik oder einfach nur vor Fremden, Schlangen, Spinnen, Aufzügen oder einer Flugreise - diese Ängste blockieren uns im Alltag und beeinträchtigen unsere Lebensqualität.

Menschen, die ohne Angst durchs Leben gehen, sind nachweislich gesünder, erfolgreicher, beliebter und vor allem glücklicher. Doch wie schafft man es, ohne langwierige Prozeduren seine Beklemmungen und Vorbehalte endgültig loszuwerden? Ängste verschwinden, indem wir sie verstehen! Wer die Ursache seiner Angst kennt, kann sie auf einfache und angenehme Art unschädlich machen und damit die Kontrolle über sein Leben zurückgewinnen. Sogar die gefürchteten Panikattacken und archetypische Ängste werden unschädlich gemacht. Andreas Winter hat eine Coaching-Traumreise entwickelt, bei der die bildhafte Erlebnisfähigkeit genutzt wird, um den eigenen Ängsten und Blockaden auf die Spur zu kommen. Mit dem von ihm selbst gesprochenen Hörbuch nimmt Winter den Hörer an die Hand, um herauszufinden, was hinter seiner Angst steckt und wie man sie wieder loswird. Erfahren auch Sie, wie es ist, ohne Angst zu leben!

Inhalt der CD: 1. Einführung - ca. 15 Min. 2. Coaching-Traumreise - ca. 45 Min. Musik: Jens Pögel

Sprecher: Andreas Winter

Downloaden und kostenlos lesen Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung Andreas Winter

60 Seiten

Kurzbeschreibung

Fast jeder Mensch fürchtet sich vor bestimmten Dingen oder Ereignissen: vor Krankheit, Arbeitsplatz- oder Partnerverlust, Ablehnung und Kritik oder einfach nur vor Fremden, Schlangen, Spinnen, Aufzügen oder einer Flugreise - diese Ängste blockieren uns im Alltag und beeinträchtigen unsere Lebensqualität.

Menschen, die ohne Angst durchs Leben gehen, sind nachweislich gesünder, erfolgreicher, beliebter und vor allem glücklicher. Doch wie schafft man es, ohne langwierige Prozeduren seine Beklemmungen und Vorbehalte endgültig loszuwerden? Ängste verschwinden, indem wir sie verstehen! Wer die Ursache seiner Angst kennt, kann sie auf einfache und angenehme Art unschädlich machen und damit die Kontrolle über sein Leben zurückgewinnen. Sogar die gefürchteten Panikattacken und archetypische Ängste werden unschädlich gemacht. Andreas Winter hat eine Coaching-Traumreise entwickelt, bei der die bildhafte Erlebnisfähigkeit genutzt wird, um den eigenen Ängsten und Blockaden auf die Spur zu kommen. Mit dem von ihm selbst gesprochenen Hörbuch nimmt Winter den Hörer an die Hand, um herauszufinden, was hinter seiner Angst steckt und wie man sie wieder loswird. Erfahren auch Sie, wie es ist, ohne Angst zu leben!

Inhalt der CD: 1. Einführung ca. 15 Min. 2. Coaching-Traumreise ca. 45 Min. Sprecher: Andreas Winter / Musik: Jens Pögel Über den Autor und weitere Mitwirkende

Andreas Winter ist Diplompädagoge und psychologischer Berater. Als Leiter eines der größten Coaching-Institute Deutschlands verhilft er seit über zwei Jahrzehnten Menschen aus aller Welt zu mehr Lebensqualität durch rasche und unkonventionelle Konfliktlösungen. Seine mitreißenden Vorträge und Bücher haben mittlerweile Kultstatus erreicht. Von Andreas Winter sind im Mankau Verlag unter anderem die folgenden Bücher erschienen: "Abnehmen ist leichter als Zunehmen", "Heilen durch Erkenntnis", "Heilen ohne Medikamente" und "Nikotinsucht - die große Lüge". Prolog. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

((Auszug auf dem Booklet))

WAS DEINE ANGST DIR SAGEN WILL

Diese Audio-CD zum Selbstcoaching hat das Ziel, die Ursachen von Ängsten und blockierendem Verhalten aufzuspüren. Dabei ist sie wie ein Spiegel zu verstehen, der Ihnen hilft, den »blinden Fleck« zu erkennen.

Andreas Winter gibt Ihnen im ersten Teil zunächst einen theoretischen Überblick über die Hintergründe von Angst im Allgemeinen.

Im zweiten Teil werden Ihnen in einer mit Musik untermalten Traumreise drei Fragen gestellt, mit deren Hilfe Sie bislang nicht bewusste Antworten über die Ursachen Ihrer Ängste und deren Lösung selbst herausfinden können:

1. Wovor genau haben Sie Angst und warum genau?
2. Was müssen Sie für das Ziel in Kauf nehmen?
3. Wofür lohnt es sich?

Die Fragen selbst sind – wie Sie sehen werden – nicht das Problem, sondern die präzisen Antworten. Die Erfolgchance ist nahezu absolut, die tatsächliche Erfolgskurve hängt jedoch von der emotionalen Relevanz Ihrer Antwort auf Frage 3 ab. Ist diese nicht hoch, kann ein Symptom sich noch weiterhin halten.

Im dritten Teil erhalten Sie eine Anleitung zur Vorbeugung gegen Panikattacken.

Download and Read Online Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung Andreas Winter #B15Z0GSW8J6

Lesen Sie Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter für online ebook Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter Bücher online zu lesen. Online Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter ebook PDF herunterladen Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter Doc Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter Mobipocket Was deine Angst dir sagen will (Audio-CD): Blockaden verstehen und überwinden. Audiocoaching mit Selbsthypnose-Anleitung von Andreas Winter EPub