

Wege aus der Angst

Entspannter durch den Alltag durch die Entschlüsselung falscher Ängste

Vortrag

Dauer ca. 90 Minuten

In diesem Vortrag erfahren Sie u.a.:

- die Ursachen für Ängste im Kindes- und im Erwachsenenalter
- durch welche Substanzen Ängste ausgelöst werden können
- welches die positiven Aspekte der Angst sind
- wo die Grenzen zwischen gesunder und ungesunder Angst sind
- wie Sie unbewusste Ängste entlarven
- wie Sie Angststörungen / Phobien in den Griff bekommen können
- wie Sie eine Resilienz gegen alltägliche Ängste aufbauen können
- welches unbekannte Mitspieler bei Ängsten sein können
- wer und was Sie in kritischen Situationen unterstützen kann

Ich freue mich auf Ihr Kommen und Ihre Fragen.

Susanne Großmann
Heilpraktikerin & Coaching

Anmeldung & Info unter:
05363/ 9979117 oder
grossmann-coaching.de