



Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden

Robert Theodor Betz

Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden

Robert Theodor Betz

Audio CD

Meditationen für Jugendliche, um Ängste und Leistungsdruck zu überwinden. Unzählige Jugendliche werden heute von innerem Druck und Ängsten geplagt und nur wenige Eltern und Lehrer können ihnen in dieser Situation helfen. Diese CD ist für Jungen und Mädchen ab ca. 12 Jahren gedacht, die wissen wollen, wie sie Ängste und Leistungsdruck selbständig überwinden und in Freude verwandeln können. Robert Betz erklärt im Detail, wie wir unsere Ängste durch Gedanken selbst erschaffen und zeigt in zwei sehr wirkungsvollen Meditationen, wie schon der Jugendliche seine Angst komplett verändern kann. (Auch Eltern, Erziehern und Lehrern hilft diese Meditation, die Situation von Kindern und Jugendlichen besser zu verstehen).

 [Download Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendl ...pdf](#)

 [Online lesen Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugen ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden Robert Theodor Betz

Einband: Audio CD

Kurzbeschreibung

Meditationen für Jugendliche, um Ängste und Leistungsdruck zu überwinden Unzählige Jugendliche werden heute von innerem Druck und Ängsten geplagt und nur wenige Eltern und Lehrer können ihnen in dieser Situation helfen. Diese CD ist für Jungen und Mädchen ab ca. 12 Jahren gedacht, die wissen wollen, wie sie Ängste und Leistungsdruck selbständig überwinden und in Freude verwandeln können. Robert Betz erklärt im Detail, wie wir unsere Ängste durch Gedanken selbst erschaffen und zeigt in zwei sehr wirkungsvollen Meditationen, wie schon der Jugendliche seine Angst komplett verändern kann. Auch Eltern, Erziehern und Lehrern hilft diese Meditation, die Situation von Kindern und Jugendlichen besser zu verstehen.

Die CD beinhaltet vier Abschnitte:

Teil 1: Einführung zur Situation der Jugendlichen und zur Entstehung von Ängsten

Teil 2: Schriftliche Übungen zur Bewusstmachung von Angst auslösenden Gedanken

Teil 3: Verwandlung von Angst und anderen Gefühlen aus der Kindheit

Teil 4: Ich begegne der Angst in mir

Download and Read Online Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden Robert Theodor Betz #MHVS8D4ICLN

Lesen Sie Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz für online ebook Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz 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 Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz Bücher online zu lesen. Online Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz ebook PDF herunterladen Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz Doc Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz Mobipocket Ich habe Angst, aber nicht mehr lange: Wie Jugendliche Ängste und Leistungsdruck überwinden von Robert Theodor Betz EPub