

André Sternberg

WIE SIE IHRE ÄNGSTE UND PHOBIEN BEHERRSCHEN

LERNEN SIE 18 UNGEWÖHNLICHE, ABER KRAFTVOLLE
GEWOHNHEITEN KENNEN, DIE SIE BEI
ROUTINEMÄSSIGER ANWENDUNG ZUM MEISTER IHRER
ÄNGSTE MACHEN KÖNNEN

Wie Sie Ihre Ängste und Phobien beherrschen

[Lizenz Bestimmungen](#)

[Einführung](#)

[Kapitel 1: Ängste und Phobien](#)

[Kapitel 2: Alles im Kopf](#)

[Kapitel 3: Etikettieren und Markieren](#)

[Kapitel 4: Wie man seine Ängste genießt](#)

[Kapitel 5: Einige gemeinsame Phobien](#)

[Fazit](#)

[Weitere Buchempfehlungen](#)

[Impressum](#)

Vorschau-Exemplar

Diese Vorschau wurde mit dem BoD easyEditor zum Korrekturlesen und zur Datensicherung erzeugt.

In der späteren Ausgabe für den Handel ist diese Seite nicht enthalten.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg bei der Veröffentlichung Ihres Titels!

BoD

Lizenz Bestimmungen

Rechtliche Hinweise

Dieses Werk ist durch das Urheberrecht geschützt. Zuwiderhandlungen werden straf- und zivilrechtlich verfolgt. Ohne schriftliche Genehmigung des Autors ist jegliche – auch auszugsweise – Vervielfältigung nicht gestattet, sei es

- in gedruckter Form,
- durch fotomechanische Verfahren,
- auf Bild- und Tonträgern,
- auf Datenträgern aller Art.

Außer für den Eigengebrauch ist untersagt: das elektronische Speichern, insbesondere in Datenbanken und das verfügbar machen für die Öffentlichkeit zum individuellen Abruf, zur Wiedergabe auf Bildschirmen und zum Ausdruck beim jeweiligen Nutzer. Dies schließt auch Podcast, Video Stream usw. ein. Das Übersetzen in andere Sprachen ist ebenfalls vorbehalten.

Die Informationen in diesem Werk stellen die Sicht des Autors aufgrund eigener Erfahrungen zum Zeitpunkt der Veröffentlichung dar. Bitte beachten Sie, dass sich gerade im Internet die Bedingungen ändern können. Sämtliche Angaben und Anschriften wurden sorgfältig und nach bestem Wissen und Gewissen ermittelt. Trotzdem kann von Autor und Verlag keine Haftung übernommen werden, da (Wirtschafts-) Daten in dieser schnelllebigen Zeit ständig Veränderungen ausgesetzt sind. Insbesondere muss darauf hingewiesen werden, dass sämtliche Anbieter für ihre Angebote selbst verantwortlich sind. Eine Haftung für fremde Angebote ist ausgeschlossen. Gegebenenfalls ist eine Beratung bei einem Anwalt, Wirtschafts- oder Steuerberater angeraten.

Sofern wir auf externe Webseiten fremder Dritter verlinken, machen wir uns deren Inhalte nicht zu Eigen, und haften somit für die naturgemäß im Internet ständig ändernden Inhalte von Webseiten fremder Anbieter. Das gilt insbesondere auch für Links auf Softwareprogramme, deren Virenfreiheit wir trotz Überprüfung durch uns vor Aufnahme aufgrund von Updates etc. nicht garantieren können.

Hinweise zu Büchern im Gesundheitsbereich: Diese Bücher verstehen sich als Basisinformationsquelle und ersetzen keinen Arztbesuch.

Hinweise zu Büchern im Finanzbereich: Daraus resultierende Einkommen und Gewinne sind allein von Motivation, Ehrgeiz und Fähigkeiten des jeweiligen Lesers abhängig.

Sämtliche Markennamen, Logos usw. sind Eigentum ihrer jeweiligen Besitzer, die diese Publikation nicht veranlasst oder unterstützt haben. Über das Internet erhältliche Texte und Bilder, die in dieser Publikation verwendet werden, können geistiges Eigentum darstellen und dürfen nicht kopiert werden.

© **Copyright: André Sternberg**

Impressum

André Sternberg

In der Seilmecke 20

57392 Schmallenberg

Tel.: 02972/9617890

E-Mail: textersternberg@gmail.com

Als Leserin und Leser dieses Buches möchten wir Sie ausdrücklich darauf hinweisen, dass keine Erfolgsgarantien oder Ähnliches gewährleistet werden kann. Auch kann keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen