

Phobien ade - Schluß mit Ängsten vor Spinnen, Mäusen & Co. Art-Nr.: ab109

eBooks -> Gesundheit & Schönheit



10,99EUR*

inkl. 0% MwSt.

Inhalt:

Millionen von Menschen haben Angst vor großen und kleinen Tieren. Ja, sie entwickeln regelrecht Phobien mit einer abnormen Furcht und mit Panikattacken gegen Kleinstlebewesen wie Läuse, Spinnen oder Mäuse. Das sind krankhafte Ängste, wo eigentlich keine Ängste angebracht sind. Schon der Gedanke an eine Spinne oder an ein Spinnennetz macht sie krank und treibt ihnen den Schweiß auf die Stirn. Aber es sind nicht nur Tiere. Menschen haben auch Angst vor geschlossenen Räumen, vor Flugzeugen, Bussen und Bahnen, vor Menschenansammlungen, vor Unsauberkeit ja sogar vor Sex. Sie brechen in Panik aus, wenn sie allein schon der Gedanke daran befällt.

Diese krankhafte Angst ist ihr ständiger Begleiter, lähmt sie bis hin zur Einweisung in eine Spezialklinik. Sie können mitunter eigenständig am ganz normalen Alltag nicht mehr teilnehmen und brauchen dann professionelle Hilfe. Phobien sind deshalb nicht auf die leichte Schulter zu nehmen. Aus einem kleinen Schaudern vor Höhen und Tiefen, etwa beim Blick vom Hochhaus, kann sich schnell eine handfeste Phobie entwickeln. Und die wird man dann nicht mal so eben wieder los. Oft dauert es Monate und Jahre, bis ein Phobiker einigermaßen wieder mit seinen Ängsten umgehen kann. Es gibt Menschen, die trauen sich nicht mehr aus ihren eigenen vier Wänden und vereinsamen zu Hause. Andere betreten nicht mehr einen Aufzug und wagen sich nicht auf belebte Plätze. Sie alle müssen langsam wieder lernen, einkaufen zu gehen oder mit dem Aufzug zu fahren, indem sie mit ihrer Phobie konfrontiert werden.

Sollten Sie also auch unter den beschriebenen oder ähnlichen starken Ängsten leiden, so machen Sie einen ersten Schritt und zeigen Sie Ihren Ängsten mit dem eBook "Phobien ade - Schluß mit Ängsten vor Spinnen, Mäusen & Co." endlich die Stirn! Lassen Sie es nicht weiter zu zur Marionette Ihrer Ängste zu werden, die Ihr Leben beschränken. Sie haben ein Recht auf ein angstfreies und glückliches Leben. Phobien sind heilbar! Deshalb: Machen Sie den ersten Schritt in ein angstfreies Leben. Holen Sie sich jetzt dieses eBook und steigern Sie damit Ihre Lebensqualität!