

Weg mit dem Bremsklotz im Kopf

22.11.2018, 16:19 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *Lerg Media*



Cover von "Weg mit dem Bremsklotz im Kopf"

Hast Du limitierende Glaubenssätze im Kopf, die dich ausbremsen? Hält Dich der innere Schweinehund immer wieder davon ab, das Richtige zu tun? Hast Du vor Dingen wie öffentlichem Reden Angst? Dann ist dieses eBook genau richtig für Dich! Das Buch "Weg mit dem Bremsklotz im Kopf" hilft Dir dabei, diese Themen zu überwinden. Du erfährst, wie Du limitierende Glaubenssätze loslassen und loswerden kannst. Du erfährst, wie Du den inneren Schweinehund an die Leine nehmen und verstummen lassen kannst. Du erfährst am Beispiel der "sozialen Angst" Redeangst, wie Du diese überwinden kannst. Praktische Übungen und Anleitungen helfen Dir, den Bremsklotz im Kopf zu lösen.

Portrait

Mein Name ist Andreas Lerg. Ich lebe in Oppenheim in Rheinhessen. Ich bin Journalist und Autor und arbeite als Redakteur einer großen regionalen Tageszeitung. Von 2009 bis 2016 habe ich als Online-Redakteur bei t-online.de gearbeitet und davor war ich zehn Jahre lang als freier Journalist und Buchautor tätig. Ein weiteres Standbein meiner freiberuflichen Tätigkeit war und ist die Erwachsenenbildung. Eines der zentralen Themen dabei ist die Rhetorik.

News-ID: 1027813 • Views: 568 (Stand: 11.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1027813/Weg-mit-dem-Bremsklotz-im-Kopf.html>