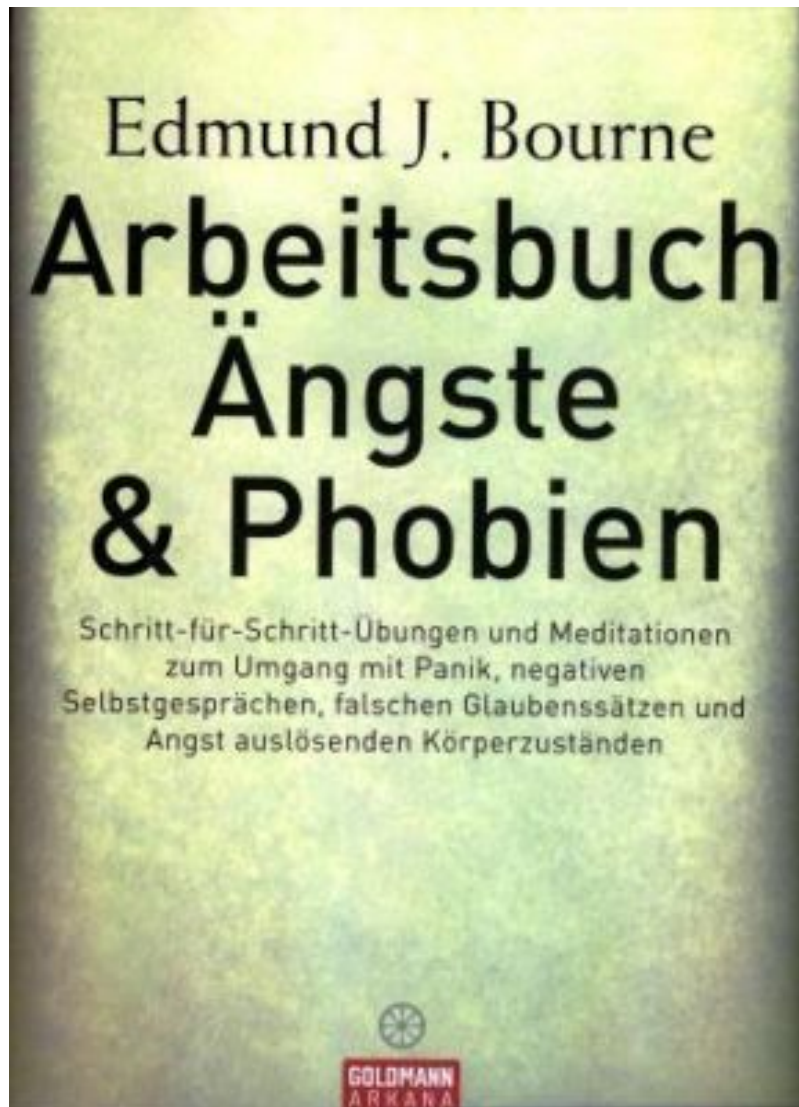


Edmund J. Bourne: »Ängste & Phobien«

19.03.2008, 17:11 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *EUROPAS HOHER NORDEN*

Presseagentur: *Institut50plus*



Edmund J. Bourne: »Ängste & Phobien«, Goldmann-Arkana, München 2008

Jeder von uns kennt Angst. Entwickelt sich die Angst jedoch zu einem alles bestimmenden, belastenden Gefühl, sollte man sich professionelle Hilfe suchen.

Edmund J. Bourne vereint in seinem ganzheitlichen Ansatz Elemente unterschiedlicher Therapieformen wie Entspannungstechniken, Visualisierungen, Ernährungs- und Sporttherapie, systematische Desensibilisierung, Psychopharmaka und die Arbeit mit negativen Glaubenssätzen. Wer bereit ist, mitzuarbeiten und das Buch als hilfreichen Begleiter für einen schwierigen Lebensabschnitt wählt, wird schon sehr bald Erleichterung verspüren. Hervorzuheben sind: Schritt-für-Schritt-Übungen und Meditationen zum Umgang mit Panik oder Angst auslösenden Körperzuständen.

Das praxisorientierte und verständlich geschriebene Arbeitsbuch »Ängste & Phobien« von Edmund J. Bourne ist jetzt bei Goldmann-Arkana, München, erschienen und im Buchhandel erhältlich. Weitere Informationen: www.institut50plus.de und www.arkana-verlag.de

Portrait

Wir sind Anbieter von Seminaren, Studien- und Kulturreisen sowie öffentlicher Diskussionsforen. Eine professionelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit und Zielgruppenberatung transportiert Themen der Generationen 50plus und strebt damit eine Lobby für diese Generationen an. Als privatwirtschaftliches Einzelunternehmen sind wir verankert in einem tragfähigen und soliden Beziehungsnetz – Experten unterschiedlichster Disziplinen begleiten und unterstützen unsere Arbeit.

News-ID: 197602 • Views: 1856 (Stand: 06.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/197602/Edmund-J-Bourne-Aengste-Phobien.html>