

PRESSEMITTEILUNG

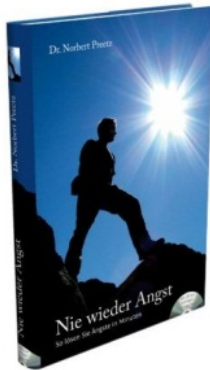
Buch-Neuerscheinung

Nie wieder Angst – so lösen Sie Ängste in Minuten

Von Dr. Norbert Preetz

Nach Untersuchungen des Robert-Koch-Instituts leiden knapp 7 Millionen Deutsche unter

klinisch relevanten Angststörungen. Ein neues Buch verspricht Besserung durch überraschende Selbstheilungs-Techniken: „Nie wieder Angst“, so der Titel des Psychotherapeuten Dr. Norbert Preetz, das jetzt im Buchhandel erhältlich ist.

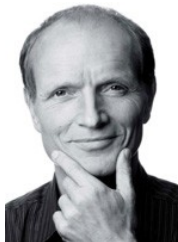


Der Autor hat sich in seiner Praxis auf die Behandlung von Ängsten und Leistungsblockaden spezialisiert. In zahlreichen Fernsehbeiträgen(MDR, Stern-TV, u.a.) und Seminaren konnte er die Wirksamkeit seiner Arbeit bereits erfolgreich demonstrieren. Im Mittelpunkt steht nicht die Behandlung durch Ärzte oder Medikamente, sondern die Selbsttherapie mit alternativen - wissenschaftlich fundierten

- Methoden: Was kann ich selbst gegen meine Ängste tun? „Hynosedoktor“ Preetz beschreibt und erklärt vier überraschende und erprobte Techniken, mit denen sich Ängste in Minuten lösen lassen:

- Die Handflächen-Phobietechnik: „Nehmen Sie Ihre Ängste in die eigenen Hände.“
- Die Kino-Phobietechnik: „Verändern Sie Ihren inneren Angstfilm.“
- Die Klopftechnik: „Klopfen Sie Ihren Ängsten auf die Finger.“
- Die Selbsthypnose: „ So programmieren Sie sich um auf Angstfreiheit.“

Über den Autor



„Meine Mission ist es, möglichst vielen Menschen dabei zu helfen, ihre Existenz wieder in die eigenen Hände zu nehmen und gesünder, glücklicher und erfolgreicher zu werden“, sagt Norbert Preetz. Er studierte klinische Psychologie an der Humboldt-Universität zu Berlin. Anschließend promovierte und arbeitete er an der Klinik für Neurologie und Psychiatrie der Medizinischen Akademie der heutigen Universität Magdeburg. Er studierte alle wichtigen Formen der klassischen Psychotherapie (Gesprächspsychotherapie, Verhaltenstherapie, Tagtraumtherapie, Psychoanalyse). Sein Interesse galt von Anfang an auch alternativen Behandlungsmethoden mit dem Ziel der schnellen und effektiven Veränderung der Beschwerden. Seit Beginn seiner Studienzeit beschäftigte er sich intensiv mit Hypnose. Er absolvierte zahlreiche Hypnoseausbildungen im In- und Ausland.

Nie wieder Angst

So lösen Sie Ängste in Minuten

132 Seiten, mit Begleit-CD

ISBN: 978-3-9814826-0-7

Hardcover Halbleinen mit Begleit-CD

39,90 Euro

Erschienen im Eigenverlag Erfolg und Gesundheit

Rezensionsexemplare und Kontakt zum Autor: Email an: Brunowsky@brunomedia.de