

Literaturempfehlungen von Prof. Dr. Christian Zielke

Für mehr Qualität im Leben:

Bücher die helfen das Leben in schwierigen Situationen einfacher und besser zu gestalten

Angstüberwindung

Werner Eberwein: Angst verwandeln in Gelassenheit

Eine Hypnose-CD zum Thema Angst.

Rüdiger Dahlke: Angstfrei leben - Heilmeditationen

Ein sehr empfehlenswertes Audio-Programm für alle, für die Ängste ein Thema sind.

Shirley Trickett: Angstzustände und Panikattacken erfolgreich meistern

Hilfreiches für alle, die unter Angstatacken leiden.

Pema Chödrön: Geh an die Orte, die du fürchtest

Ein tiefgehendes Buch mit hilfreichen Gedanken zum Thema "Verletzlichkeit".

Roger J. Callahan: Leben ohne Phobie

Phobien oder Angsterkrankungen heilen mit Hilfe der angewandten Kinesiologie - ein vielversprechender Ansatz.

Gerald G. Jampolsky: Lieben heißt die Angst verlieren

Wo Liebe ist, kann keine Angst sein...

Hermann Ehmman: Männerängste

Männer haben keine Angst? Haben Sie eine Ahnung.

Aktuellen Verlag und Auflage ersehen Sie bitte aus dem Internet.