



Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen

Britta Hahn

Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen Britta Hahn

Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen
Broschiertes Buch

Eltern wünschen sich einen liebe- und respektvollen Umgang mit ihren Kindern ... Und dann passiert es völlig unerwartet und ganz unwillkürlich: Schreien und Schimpfen, weil Kinder und Eltern anders handeln als erwünscht. Die Emotionen kochen hoch, alle guten Vorsätze sind vergessen. Eltern und die Gesellschaft sind empört über die Kinder - die Kinder sind empört über ihre Eltern.

Unwillkürliches Handeln und Fühlen begleiten den Menschen; die Vernunft hat da wenig zu melden. Die Autorin veranschaulicht, wie diese Mechanismen in uns zustande kommen. Sie zeigt auf, wie in fünf Schritten in ruhigen Minuten der Konzentration Wut in Gelassenheit verwandelt werden kann. Erst wenn Eltern mit dem Unwillkürlichen kooperieren, statt es zu bekämpfen, kann gleichwertiges Zusammenleben gelingen.



[Download Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenhei ...pdf](#)



[Online lesen Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenh ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen Britta Hahn

144 Seiten

Kurzbeschreibung

Eltern wünschen sich einen liebe- und respektvollen Umgang mit ihren Kindern ... Und dann passiert es völlig unerwartet und ganz unwillkürlich: Schreien und Schimpfen, weil Kinder und Eltern anders handeln als erwünscht. Die Emotionen kochen hoch, alle guten Vorsätze sind vergessen. Eltern und die Gesellschaft sind empört über die Kinder – die Kinder sind empört über ihre Eltern.

Unwillkürliches Handeln und Fühlen begleiten den Menschen; die Vernunft hat da wenig zu melden. Die Autorin veranschaulicht, wie diese Mechanismen in uns zustande kommen. Sie zeigt auf, wie in fünf Schritten in ruhigen Minuten der Konzentration Wut in Gelassenheit verwandelt werden kann. Erst wenn Eltern mit dem Unwillkürlichen kooperieren, statt es zu bekämpfen, kann gleichwertiges Zusammenleben gelingen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Britta Hahn ist Mutter von vier Kindern und beruflich als Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychotherapie tätig. Sie begleitet Eltern, die gemeinsam mit ihren Kindern einen wertschätzenden Umgang leben – inmitten der Klippen eines herausfordernden Alltags.

Download and Read Online Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen Britta Hahn #TFASNKHCDMR

Lesen Sie Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn für online ebookMama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn Bücher online zu lesen. Online Mama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn ebook PDF herunterladenMama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn DocMama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn MobipocketMama, was schreist du so laut?: Wut in Gelassenheit verwandeln. Erfahrungen mit der GFK bei unwillkürlichem Handeln und Fühlen von Britta Hahn EPub